إرفين د. يالــوم

BECOMING MYSELF
A PSYCHIATRIST'S MEMOIR

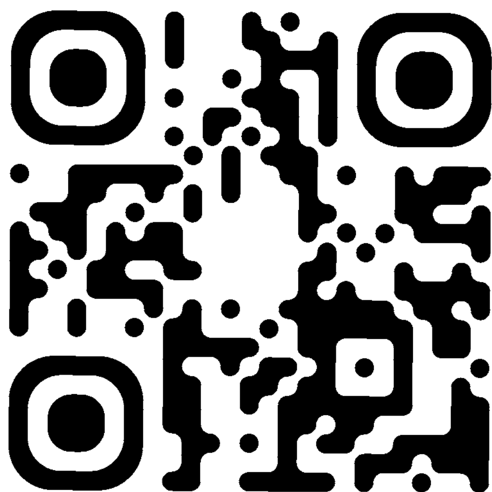
مــذكـرات طبيب نفسي





مكتبة

ترجمة: عمر العوضي



سجل في مكتبة
اضغط الصفحة
SCAN QR

مذكرات طبيب نفسي





إدارة التوزيع

00201150636428

لمراسلة الدار:

email:P.bookjuice@yahoo.com

Web-site: www.aseeralkotb.com

● العنوان الأصلي:
Becoming Myself: A psychiatrist's Memoir

● العنوان العربي: مذكرات طبيب نفسي

● حقوق النشر:

● تأليف: إرفين د. يالوم

● ترجمة: عمر العوضي

● تدقيق لغوي: مريم عبد الجليل

● تنسيق داخلي: معتز حسنين علي

● الطبعة الأولى: يناير/ 2025م

● رقم الإيداع: 2024/26906م

● الترقيم الدولي: 978-977-6972-74-2

30 10 2025

إرفين د. يالوم

BECOMING MYSELF
A PSYCHIATRIST'S MEMOIR

مذكرات طبيب نفسي





ترجمة: عمر العوضي

تكريمًا لذكرى والديَّ روث وبينجامين يالوم،
وأختي جين روز..

المحتويات

الفصل الأول

مولد التعاطف

أفقت من حلمي في الثالثة صباحًا ودموعي تجري في نوبة من البكاء المكتوم. تحركت بهدوء كي لا أزعج مارلين، وتسلَّلت من الفراش نحو الحمام ثم جففت عيني واتَّبعت التعليمات نفسها التي أصفها لمرضاي منذ خمسين عامًا: أغلق عينيك، وأعد الحلم في ذهنك، ودوِّن ما رأيته.

رأيتني في العاشرة أو الحادية عشرة من عمري تقريبًا. أنحدر بدرَّاجتي من أعلى تلَّة طويلة قريبة من المنزل. أرى فتاة تُدعى أليس تجلس على شرفة منزلها. تبدو أكبر مني بقليل، وتبدو جذَّابة رغم ما يعتلي وجهها من بقع حمراء. ناديتها «مرحبًا أيتها المحصوبة..».

فجأة أجد رجلًا أضخم مني بكثير وتبدو عليه أمارات القوة يقف أمام درَّاجتي ويثبتني بإحكام قبضته على مقود الدراجة. علمت بطريقة ما أنه والد أليس.

ناداني: «يا هذا، أيًّا يكن اسمك. فكِّر قليلًا -إن كنت قادرًا على التفكير- وأجب عن هذا السؤال. تأمَّل ما قلته الآن لابنتي وأخبرني شيئًا واحدًا: ما وقع الكلام عليها؟». منعني خوفي من الإجابة.

- هيَّا، أجبني. أنت ابن بلومنجديل (أطلق والدي على متجر بقالته اسم سوق بلومنجديل وظنَّ الكثير من الزبائن أن اسم عائلتنا هو بلومنجديل) وأظن أنك يهودي ذكي. فأخبرني إذًا، ماذا تتوقع أن تشعر أليس حين تناديها بهذا الاسم؟

ارتجفت، وهربت الكلمات من الرعب.

- حسنًا حسنًا. هدِّئ من روعك. سأبسِّط الأمر. أخبرني فحسب: هل ستثير كلماتك في أليس مشاعر جيدة تجاه نفسها أم سيئة؟

كل ما أمكنني هو أن أتمتم: «لا أعلم».

- لا تستطيع التفكير، أليس كذلك؟ سأساعدك على التفكير. تخيَّل أن أنظر إليك وأختار سمة سيئة من سماتك وأعلِّق عليها في كل مرة أراك فيها؟ (قرَّب وجهه وأمعن النظر فيَّ). هناك قطعة مخاط صغيرة في أنفك، ما رأيك في أن أناديك «ذا المخاط»؟ أذنك اليسرى أكبر من اليمنى. تخيَّل أن أقول: «مرحبًا يا صاحب الأذن السمين» كل مرة أراك فيها؟ أو ما رأيك في «الصبي اليهودي»؟ ما رأيك في هذه الأخيرة؟ ما رأيك فيها؟

أدركت في حلمي أن هذه ليست أول مرة أمر بدرَّاجتي بهذا المنزل، بل كررت الأمر نفسه يومًا بعد يوم. كنت أمر على الدراجة وأنادي أليس بالكلمات نفسها محاولًا خلق حوار وتكوين صداقة. وفي كل مرة أصيح «مرحبًا أيتها المحصوبة»، أؤلمها وأهينها. أفزعني الأذى الذي سببته كل مرة وحقيقة أنني عجزت عن إدراك هذا الأذى.

حين انتهى والدها، هبطت أليس درجات الشرفة وقالت بصوت ناعم: «هل تريد أن تأتي لنلعب؟». رمقت أباها بنظرة، فأومأ بالموافقة.

أجبت: «أنا مُستاء. أشعر بالخجل الشديد. لا أستطيع، لا أستطيع، لا أستطيع...».

منذ أصبحت مراهقًا، كنت أقرأ في المساء حتى يغلبني النوم، وعلى مدى الأسبوعين الماضيين قرأت كتابًا يُدعى «أفضل ملائكتنا» لستيفن بنكر. والليلة قبل الحلم كنت أقرأ فصلًا عن انتشار التعاطف خلال عصر التنوير، وكيف أنَّ من المحتمل أن يكون انتشار الروايات -لا سيِّما روايات المراسلات البريطانية مثل «كلاريسا وباميلا»- قد أسهم في كبح العنف والقسوة عن طريق مساعدتنا على تجربة العالم من وجهة نظر أخرى. أطفأت الأضواء قرب منتصف الليل ثم وجدتني أصحو بعد بضع ساعات بسبب كابوس أليس.

بعدما هدَّأت نفسي، عدت للفراش، لكن استلقيت منتبهًا لوقت طويل أفكر في غرابة هذا الخراج البدائي الذي يُمثِّل في الحقيقة جيبًا مُغلقًا من الشعور بالذنب وانتظر ثلاثة وسبعين عامًا ثم انفجر فجأة. أتذكَّر الآن أنني مررت بالفعل بعجلتي على منزل أليس وأنا في الثانية عشرة

من عمري وناديتها «مرحبًا أيتها المحصوبة» ساعيًا بقسوة وجلافة شديدة إلى جذب انتباهها. ورغم أن والدها لم يواجهني قطُّ، أنام على فراشي هذا وقد بلغت من العمر خمسة وثمانين عامًا محاولًا استعادة توازني بعد هذا الكابوس وبإمكاني الآن تخيُّل أثر أفعالي على نفسها والضرَّر الذي يحتمل أنني تسببت فيه. سامحيني يا أليس.

الفصل الثاني

البحث عن مُرشد

آخر مريض سأقابله اليوم هو فيزيائي يبلغ من العمر خمسة وستين عامًا يُدعى مايكل. وقد عقدت معه جلسات علاجية قبل عشرين عامًا لمدة عامين ولم أعرف عنه شيئًا بعدها إلا منذ أيام قليلة حين بلغني بريد إلكتروني منه كتب فيه: «أحتاج إلى مقابلتك؛ هذا المقال المرفق أثار الكثير من القضايا، الحلو منها والمُرُّ». قادني الرابط المرفق إلى مقال في جريدة النيويورك تايمز يصف حصوله مؤخرًا على جائزة علمية دولية بارزة.

بادرت أنا بالحديث وهو يهبط على كرسيه في مكتبي.

- وصلت إليَّ رسالتك التي قالت إنك تحتاج إلى المساعدة يا مايكل. يؤسفني أنك تمر بكرب ما، إلا أنني أريد كذلك أن أقول: تسعدني رؤيتك وسعدت حين علمت بحصولك على جائزة، فكثيرًا ما تطلعت إلى معرفة أحوالك.

قال مايكل وهو يقلب نظره في أرجاء المكتب: «شكرًا على كلماتك». إنه شخص نحيف ويقظ، بدأ الصلع يغزو رأسه، طوله 150 سم تقريبًا، وعيناه اللامعتان البنيتان تشعان بالثقة والكفاءة. «هل جددت مكتبك؟ ألم تكن هذه الكراسي هناك؟».

- نعم. أجدد مكتبي كل ربع قرن.

ضحك بصوت مكتوم وقال: «أقرأت المقال؟».

أومأت.

- تستطيع على الأرجح أن تتوقع ما حدث لي بعدها: دفعة من الفخر العابر، ثم موجات متتالية من التوتر والشك في الذات. أشياء قديمة: في أعماقي أنا شخصية ضحلة.

- لندخل في الموضوع.

أمضينا بقية الجلسة نسترجع المواد القديمة: والديه المهاجرين من أيرلندا اللذين لم ينالا قسطًا من التعليم، وحياته في مساكن نيويورك، وتعليمه الابتدائي السيِّئ، وافتقاده لأي مرشد ذي أثر. تحدث مطوًّلًا عن قدر ما يكنه من حسد تجاه الذين وجدوا من يأخذ بأيديهم من الكبار ويرعاهم، فيما اضطر هو إلى بذل جهد لا آخر له لتحقيق أعلى الدرجات الدراسية من أجل أن يلاحظه أحد فحسب. لقد اضطر إلى بناء نفسه بنفسه.

قلت: «نعم. الاعتماد على النفس مصدر فخر كبير، لكنه يزرع في الإنسان شعورًا بأنه بلا أساس. تعرفت على الكثير من الموهوبين من أبناء المهاجرين الذين شعروا وكأنهم زنابق تنمو في مستنقع: ورد جميل دون جذور عميقة».

تذكر مايكل حين قلت له التشبيه نفسه قبل سنوات وقال إنه سعيد أنني ذكرته به. اتفقنا على اللقاء مجددًا في جلستين أخريين وقال لي إنه يشعر بالفعل بالتحسن.

دائمًا كنت أعمل جيدًا مع مايكل. لقد نشأت بيننا صلة منذ أول لقاء، وذات مرة أخبرني أنه يشعر أنني الشخص الوحيد الذي يفهمه. وخلال عامنا الأول من العلاج، تحدث طويلًا عن هويته المضطربة. أهو الطالب

المتفوق الذي سبق الجميع؟ أم إنه المتسكع الذي قضى وقت فراغه في قاعات البلياردو والقمار؟

ذات مرة وهو يأسف على هويته المضطربة، أخبرته قصة تخرجي في مدرسة روزفلت الثانوية في واشنطن.[1] من ناحية كنت قد تلقيت خبرًا بأنني سأحصل على جائزة المواطن المثالي من مدرسة روزفلت الثانوية عند التخرج. لكن في آخر سنة دراسية، أقمت مشروعًا لإدارة مراهنات البيسبول: اعتمدت احتمالية 1 إلى 10 لأن مجموع ما يحققه ثلاثة لاعبين معينين في يوم معين لا يبلغ قطُّ ست ضربات. حالفني الحظ وسارت أموري على أفضل ما يرام واستطعت دائمًا شراء باقات الجاردينيا من أجل مارلين كونيك، خليلتي الدائمة. وقبل أيام قليلة من التخرج، أضعتُ دفترَ تسجيل الرهانات. أين ذهب؟ شعرت بالهلع وبحثت عنه في كل مكان حتى لحظة التخرج. وحتى حين سمعت اسمي يُنادى وبدأت أسير على المسرح، تساءلت مرتعدًا: «هل سأتلقَّى تكريم الطالب المتميز في مدرسة روزفلت الثانوية للعام الدراسي 1949 أم سأُرفد من المدرسة عقابًا لي على المقامرة؟».

حين أخبرت مايكل بالقصة، قهقه وتمتم: «طبيب نفسي يعاني ما أعانيه».

بعد تدوين ملاحظاتي حول الجلسة، ارتديت ملابسَ غير رسمية وحذاءَ تنس وأخرجت درَّاجتي من المرأب. في عمر الرابعة والثمانين، أصبحت ممارسة التنس أو الهرولة من الماضي البعيد، لكنني أقود دراجتي كل يوم على مسار مخصص للدراجات بالقرب من منزلي. في البداية أسير بها عبر حديقة عامرة بعربات الأطفال وصحون الفريسبي

(1) المقصود هنا هو مدينة واشنطن العاصمة، وسنكتفي بكلمة واشنطن في مواضع ذكرها كافة. (المترجم)

الطائرة والصغار المشغولين بتسلق هياكل حديثة التصميم، ثم أعبُر جسرًا خشبيًّا وعرًا فوق جدول ماتاديرو، وأتسلق تلة صغيرة تزداد انحدارًا مع السنين. وحين أصل إلى قمتها، أستريح وأنا أهبط التلة الطويلة. أحب أن تشدني الجاذبية وأشعر على وجهي باندفاع الهواء الدافئ. وخلال تلك اللحظات وحدها أفهم أصدقائي البوذيين الذين يتحدثون عن تخلية الذهن والاستمتاع بترف الإحساس بالوجود وحده. لكن الهدوء دائمًا قصير العمر، واليوم أسمع حفيفًا بين ثنايا عقلي لحلم يقظة يستعد للصعود على المسرح. إنه حلم تخيلته كثيرًا، ربما لمئات المرات على مدى حياتي الطويلة. وقد أهاج رثاء مايكل نفسه لأنه لا يجد مرشدًا ذلك الحلم الخامل منذ أسابيع.

يدخل رجل يحمل حقيبة جلدية ويرتدي بدلة من القطن وقبعة من القش وقميصًا أبيَض وربطة عنق إلى بقالة والدي الصغيرة الحقيرة. لست بين الواقفين في المشهد، بل أراه وكأنني أحوم بالقرب من السقف. لا أعرف الزائر لكنني أعرف أنه صاحب نفوذ. لعلّه مدير مدرستي الابتدائية. اليوم هو أحد أيام يونيو الحارة في واشنطن، لذلك أخرج منديلًا قماشيًّا ليمسح جبهته قبل أن يخاطب والدي. «أريد مناقشة بعض الأمور المهمة معك بخصوص ابنك إرڤين». قلق أبي وارتاع، فلم يجد نفسه يومًا في مثل هذا الموقف. فأبي وأمي اللذان لم يندمجا في الثقافة الأمريكية لم يشعرا بالأريحية إلا مع أقاربهما من اليهود الذين هاجروا معهما من روسيا.

ورغم وجود زبائن في المتجر يحتاجون إلى انتباه أبي، علم على الفور أن هذا الرجل ليس ممن يترك للانتظار. اتصل بأمي -التي تعيش في شقة صغيرة فوق المتجر- وأخبرها باللغة اليديشية بعيدًا عن مسمع الغريب أن تنزل بسرعة. ظهرت بعد دقائق قليلة واعتنت بمهارة بالزبائن فيما قاد أبي الشخص الغريب إلى غرفة التخزين الصغيرة الملحقة بالمتجر. جلسا على صناديق قنِّينات الجعة الفارغة وتحدثا. لحسن الحظ لم يُظهر فأر ولا صرصور نفسه. علامات القلق وحدها هي ما تظهر على ملامح أبي. لأحبَّ كثيرًا أن تخوض أمي هذه المحادثة، لكن ليس من اللائق أن يعترف علنًا أنها هي التي تدير الأمور وليس هو، وأنها التي تبت في كل القرارات العائلية الخطيرة وليس هو.

يخبر صاحب البدلة أبي أشياءَ باهرةً. «يقول المدرسون في مدرستي إن ابنك إرڤين طالب متميز وبمقدوره تقديم إسهامات فريدة لمجتمعنا. لكن هذا لن يحدث إلا إن تلقى تعليمًا جيدًا». يبدو أبي متجمدًا وعيناه الجميلتان الحادتان تحدقان إلى الغريب الذي أضاف: «أصبح نظام مدارس واشنطن جيدًا ويلبي حاجات الطالب المتوسط، لكنه ليس المكان المناسب لابنك أو لطالب موهوب». يفتح حقيبته ويسلم والدي قائمة تحوي عددًا من المدارس الخاصة في العاصمة ويؤكد: «أشجعك على ضمه إلى إحدى هذه المدارس ليكمل دراسته». ثم أخرج بطاقة من محفظته وقدَّمها لأبي وقال: «إن اتصلت بي،

سأبذل جهدي لمساعدته على الحصول على منحة دراسية».

حين رأى الحيرة في وجه أبي، قال: «سأحاول الحصول على بعض المساعدة لتسديد مصاريفه المدرسية؛ هذه المدارس ليست مجانية كالمدارس الحكومية. أرجوك، من أجل ابنك، اجعل هذا أولى أولياتك».

نهاية المشهد! يقف الحلم في هذه اللحظة. تعزف مخيلتي عن إنهاء المشهد. لم أَرَ ردَّ أبي قطُّ ولا نقاشه مع أمي بعدها. يعبر حلم اليقظة هذا عن توقي إلى الإنقاذ. ففي طفولتي لم تعجبني حياتي ولا الحي الذي عشت فيه ولا مدرستي ولا أصحابي. أردت أن ينقذني أحد وفي هذا الخيال يأتي لينقذني ويلقي الضوء على موهبتي رسول العالم الخارجي، العالم الموجود وراء أسوار الانغلاق الثقافي الذي نشأت في كنفه.

أتأمل حياتي الآن وأرى أن خيال الإنقاذ والترقي حاضر في كتاباتي. ففي الفصل الثالث من رواية «مشكلة سبينوزا»، يستغرق سبينوزا وهو في طريقه إلى منزل معلمه فرانسيسكوس فان دن إندن في حلم يقظة يعيد لقاءهما الأول قبل بضعة أشهر. ففان دن إندن كان في السابق معلمًا للكلاسيكيات اليسوعية في أكاديمية خاصة، وذات يوم دخل بالمصادفة متجر سبينوزا لشراء بعض النبيذ والزبيب وأعجب بعمق وسعة عقل سبينوزا. وقد شجع سبينوزا على الالتحاق بأكاديميته الخاصة ليتعرف على عالم الفلسفة والأدب غير اليهودي. ورغم أن الرواية بالطبع من وحي الخيال، حاولت بقدر الممكن عدم الابتعاد عن الدقة التاريخية إلا في هذه الفقرة. إذ لم يعمل باروخ سبينوزا قطُّ في متجر عائلته. ولم تملك عائلته متجرًا من الأساس، فقد امتلكت بالفعل شركة للاستيراد

والتصدير لكنها لم تفتح متجرًا لبيع التجزئة. أنا الذي عملت في متجر عائلتي.

ظل حلم الحصول على التقدير والإنقاذ كامنًا بداخلي بصور كثيرة. فمؤخرًا حضرت عرضًا لمسرحية «فينوس ترتدي الفراء» للكاتب ديفيد أيفز. رُفع الستار عن مشهد خلف الكواليس يظهر فيه مخرج مرهق في نهاية يوم طويل من تجارب الأداء لممثلات يرغبن في لعب دور البطولة. وفيما يستعد المخرج للمغادرة بعدما نال منه الإرهاق وعدم الرضا عن مستوى الممثلات اللاتي قابلهن، تندفع إلى المكان ممثلة منفعلة ومضطربة. لقد تأخرت لساعة كاملة، فأخبرها أنه أنهى تجارب اليوم، إلا أنها تتوسل له وتتملقه ليسمح لها بإجراء تجربة. وبما أنه يرى عليها أمارات البساطة والحقارة والجهل وأنها غير مناسبة على الإطلاق للدور، يرفض. لكنها تملك قدرة ممتازة على التملق. إنها داهية مثابرة. وللتخلص منها استسلم ومنحها تجربة أداء سريعة بدآ خلالها قراءة النص معًا. وحين بدأت القراءة، تغيرت لَكْنَتُها ونضج حديثُها وتحدثت حديث الملائكة. سحرته وألقت عليه أكثر مما يتحمل. إنها ما يبحث عنه، وأكثر مما يحلم به. أيعقل أن تكون هذه هي المرأة الرَّثَّة المبتذلة نفسها التي التقاها قبل نصف ساعة؟ تابعا قراءة النص، ولم يتوقفا حتى أتمَّا عرض المسرحية بأكملها عرضًا مبدعًا.

أحببت كلَّ شيء رأيته في هذا العرض، لكن هذه الدقائق القليلة الأولى التي نما خلالها تقديره لصفاتها الحقيقية كانت أكثر ما لاقى صدًى في أعماقي. لقد رأيت حلم الحصول على التقدير على المسرح، ولم يسعني منع دموعي من الجريان على وجهي وأنا أقف لأكون أول من يصفق للممثلين.

الفصل الثالث

أريدها أن ترحل

من بين مرضاي، مريضة تُدعى روز. لم تعد روز في الفترة الأخيرة تتكلم عن شيء أكثر مما تتكلم عن علاقتها بابنتها الوحيدة المراهقة. وتصف أنها أوشكت على التخلي عن ابنتها التي لا تجد في نفسها حماسًا إلا لمعاقرة الخمور، وممارسة الجنس، والتسكع مع غيرها من المراهقين الفاسقين.

في الماضي، تأملت روز مشاعرها كأم وزوجة، وتخليها عن العائلة قبل عدة سنوات من أجل رجل آخر ثم العودة بعد مرور عامين حين خبت هذه النزوة. دخنت روز السجائر بشراهة وأصيبت بدرجة متقدمة من مرض انتفاخ الرئة، ومع أنها حاولت بجدٍّ على مدى السنوات القليلة الماضية التكفير عن سلوكها ووهبت نفسها مرة أخرى بإخلاص لابنتها، لم يفلح أيٌّ من هذا. دعوتهما بحرارة إلى تجربة العلاج الأسري، لكن الابنة رفضت، ووصلت روز إلى نقطة اللاعودة. ففي كل مرة تسعل وفي كل مرة تزور طبيب الرئة تتذكر أن أيامها محدودة. لم تعد روز تريد سوى الراحة، وقالت لي: «أريدها أن ترحل». كانت تعد الأيام المتبقية حتى تخرُّج ابنتها في المدرسة الثانوية لترحل من المنزل دون اهتمام

بما ستفعل الابنة بعدها: أسترحل للعمل أم إلى الدراسة الجامعية أم أي شيء آخر؛ لم يعد يهمها أي طريق ستسلك. وكررت من جديد تخاطب نفسها هامسة: «أريدها أن ترحل».

أبذل ما بوسعي في عملي من أجل الإصلاح بين العائلات، من رأب الشقاق بين الإخوة أو بين الأبناء والآباء. لكن العمل مع روز أرهقني وأفقدني كل أمل في هذه العائلة. إذ حاولت في الجلسات السابقة أن أتوقع مستقبلها إن قطعت صلتها بابنتها. ألن تشعر بالذنب والوحدة؟ لكن لم يفد ذلك بشيء والوقت ينفد؛ أعلم أن روز لن تعيش طويلًا. وبعد تحويل ابنتها إلى معالج ممتاز، أصبحت مشغولًا بروز وحدها وشعرت أنني أدعمها بشكل كامل. لقد قالت أكثر من مرة: «تبقت ثلاثة أشهر حتى تتخرج في الثانوية. وبعدها سترحل. أريدها أن ترحل. أريدها أن ترحل». بدأت أتمنى أن تتحقق لها أمنيتها.

في أثناء رحلتي المعتادة بالدرَّاجة بعد العمل في ذلك اليوم، كررت في سري كلمات روز: «أريدها أن ترحل. أريدها أن ترحل»، ولم يمضِ وقت طويل حتى بدأت في التفكير في أمي ورؤية العالم من منظورها، ولعل هذه أول مرة أفعل هذا. تخيلتها تفكر فيَّ أنا بالطريقة نفسها وتقول الكلمات نفسها عني. لا أتذكر أي شعور أمومي بالحزن بدا عليها حين انتقلت من منزلنا بشكل دائم لدراسة الطب في بوسطن. بل أتذكر مشهد الوداع: أمي تقف على عتبة الباب تلوِّح لي وداعًا وأنا أقود سيارتي الشيفروليه المحمَّلة حتى آخرها، ثم خطت إلى الداخل بعدما اختفيت من المشهد. أتخيلها وهي تغلق الباب وتتنهَّد بعمق. وبعد دقيقتين أو ثلاث، تقف منتفشة وعلى وجهها ابتسامة عريضة وتدعو أبي للانضمام إليها في رقصة سعيدة على أنغام «هافا ناجيلا».

نعم، لدى أمي سبب وجيه للشعور بالراحة بعد رحيلي عن منزلنا بشكل دائم وأنا ابن 22 عامًا، فقد كنت مُكدِّرًا للسلام، ولم تقل في حقي كلمة إيجابية قطُّ، ولم أقصِّر من ناحيتي في رد الجميل. وأنا أنحدر على التلة الطويلة على درَّاجتي، انتقل ذهني إلى ليلة كنت فيها في الرابعة عشرة وأبي في السادسة والأربعين واستيقظ من نومه بألم حاد في صدره. في تلك الأيام كان الأطباء يزورون مرضاهم في المنازل، وبسرعة اتصلت أمي بطبيب العائلة د. مانشستر. وفي هدوء الليل، انتظرنا نحن الثلاثة -أبي وأمي وأنا- بتوتر وصول الطبيب (كانت أختي الأكبر مني بسبع سنوات قد انتقلت من المنزل إلى الكلية).

ومن عادة أمي أنها كلما اضطربت اضطرابًا شديدًا، لجأت إلى التفكير البدائي: إذا حدث شيء سيِّئ، فلا بدَّ من شخص يُلقى عليه اللوم. وكان هذا الشخص هو أنا. لذا صرخت في وجهي كلما تلوَّى أبي من الألم في تلك الليلة قائلة: «أنت... أنت من قتلته!» وحرصت على أن أعرف أن سلوكي المتمرد الطائش المعكر للصفو العام في منزلنا هو ما أصاب أبي بما أصابه.

بعد سنوات وأنا على أريكة التحليل، أدى وصفي لتلك الليلة إلى ظهور نادر وخاطف للين على أوليف سميث، المحللة النفسية المتحفظة للغاية.(1) طقطقت بلسانها ومالت نحوي قائلة: «يا للبشاعة. كم كان هذا فظيعًا بالنسبة إليك»، رغم أنها تلقت تدريبًا صارمًا على التحليل من مؤسسة صارمة ترى التفسير هو الدور الوحيد النافع للمحلل. لا أتذكر أيَّ كلمةٍ من التفسيرات التي صاغتها بحرص وكثفت فيها المعاني

(1) وردت في النص الأصلي "ultraorthodox psychoanalyst" وقد تحمل معنيين، لكنها وردت هنا بمعنى أنها محللة تنتمي إلى مدرسة تنتهج التحفظ ولصرامة في التعامل مع المرضى، واقتصار تفاعل المحلل مع المريض على طرح التفسيرات- المترجم.

وبذلت لها الأفكار. لكنني الآن بعد مرور ستين سنة، أتذكر اقترابها مني في تلك اللحظة بأسلوب دافئ باعتزاز شديد.



المؤلف مع والدته وأخته في عام 1934م

ما زلت قادرًا على سماع صوت أمي الحاد في أذني: «أنت مَن قتله. أنت مَن قتله». وأتذكر الطفل المرتعد والمكبَّل بالخوف والغضب. وددت أن أصرخ في وجهها: «لم يَمُت. اخرسي أيتها الحمقاء». ظلت تمسح جبين أبي وتقبِّل رأسه، وجلست أنا على الأرض منطويًا على نفسي في إحدى الزوايا حتى سمعت أخيرًا وبعد طول انتظار سيارة د. مانشستر الكبيرة تحطم أوراق الخريف في الشارع فطرت إلى الدور السفلي، قاطعًا ثلاث درجات في كل قفزة لأفتح الباب. أحببت د. مانشستر جدًّا،

ورؤية وجهه المألوف المستدير الباسم بدَّدَت هلعي. وضع كفه على رأسي وعبث بشعري، ثم طمأن أمي، ثم أعطى أبي حقنة (على الأرجح حقنة مورفين)، ثم وضع سماعته على صدر أبي وسمح لي بتجربتها وقال: «أنصت يا بُني، إنه يدق بقوة وانتظام كالساعة. لا تقلق. سيكون على ما يرام».

في تلك الليلة شهدت اقتراب أبي من الموت وغضب أمي المتفجر كما لم أَره من قبل، فاتَّخذت قرارًا لحماية نفسي بإغلاق بابي أمامها. يجب أن أخرج من هذه العائلة. وعلى مدى السنتين أو الثلاث التالية، لم أتحدث إليها إلا يسيرًا، وعشنا في المنزل نفسه كالأغراب. وأكثر ما أتذكره هو شعوري العميق الفسيح بالراحة مع دخول د. مانشستر إلى منزلنا. لم يمنحني أحد من قبل مثل هذه الهدية. لذا قررت في حينها أن أصبح مثله. سأصبح طبيبًا وأمنح الآخرين الراحة التي منحها لي.

تحسَّن أبي بالتدريج، ورغم الألم الذي أصاب صدره منذ ذلك الحين إذا بذل أي مجهود -ولو مجرد السير من أول المجمع السكني إلى آخره- وألجأه فورًا إلى تناول قرص من النيتروجليسرين، فقد عاش لثلاثة وعشرين عامًا بعدها. كان أبي رجلًا رقيقًا وكريمًا لا يعيبه في رأيي سوى افتقاده لشجاعة التصدي لأمي. وظلت علاقتي بأمي جرحًا مفتوحًا طوال حياتي، رغم مفارقة أن صورتها تمر بذهني كل يوم تقريبًا. أرى وجهها الذي لم يبدُ عليه يومًا الشعور بالسلام والابتسام ولا السعادة. كانت امرأة ذكية، ورغم عملها الدؤوب كل يوم من أيام حياتها، لم تشعر بالرضا الكامل ولم ينطق فمها بفكرة إيجابية سعيدة إلا نادرًا. أما اليوم وأنا في جولاتي بالدرَّاجة، أفكِّر فيها بطريقة مختلفة: أفكر في أنني لم أسعدها خلال عيشي معها إلا قليلًا. وأنا ممتن لأنني أصبحت ابنًا أحن في السنوات اللاحقة.

الفصل الرابع

العودة

بين الحين والآخر أعيد قراءة تشارلز ديكنز الذي يحظى عندي بمكانة خاصة بين الروائيين العظام. وقد شغلتني مؤخرًا عبارة استثنائية في رواية «قصة مدينتين»: «لأنني كلما اقتربت من النهاية، أجدني أنتقل إلى مدار أقرب من البداية. وكأنها طريقة فريدة لتعبيد الطريق. والآن تلمَّس قلبي ذكريات ظلت لفترة طويلة في سبات...».

تهيج هذه العبارات العاطفة في نفسي بشدة؛ فحقًّا مع اقترابي من النهاية، أجد نفسي كذلك أعود إلى البداية. فصارت ذكريات عملائي تثير ذكرياتي أنا أكثر من ذي قبل، وعملي على مستقبلهم يستدعي ماضيًّ ويثيره، وأجد نفسي أعيد النظر في قصتي أنا. فذكرياتي من الطفولة الأولى مبعثرة ومتشظية، ولعل ذلك في رأيي يرجع إلى تعاستي وبؤس معيشتنا في ذلك الحين. أمَّا الآن وأنا في ثمانيناتي، تقتحم صور الماضي المبكر أفكاري أكثر: المخمورون النائمون في مدخل بيتنا يغطيهم القيء، ووحدتي وانعزالي، والصراصير والفئران، وحلاقي أحمر الوجه وهو يدعوني بـ «الطفل اليهودي»، ورغباتي الجنسية المحيرة المؤلمة التي لم أجد لتلبيتها سبيلًا في مراهقتي، الغربة، وشعوري الدائم أنني

غريب، فأنا الطفل الأبيض الوحيد في حي السود، واليهودي الوحيد في عالم مسيحي.

نعم، الماضي يجذبني إلى أحضانه وأعلم ماذا يعني «تعبيد الطريق». وأضحيت الآن أكثر من أي وقت مضى أتخيل أبويَّ الراحلين يشاهدانني بفخر وسعادة عظيمين وأنا ألقي كلمة على جمهور كبير. حين توفي والدي، لم أكن قد كتبت سوى بضعة مقالات ذات صبغة علمية دقيقة في بعض المجلَّات الطبية لم يفهم منها شيئًا. أمَّا أمي فعاشت بعده خمسة وعشرين عامًا، إلا أن ضعف لغتها الإنجليزية والعمى الذي أصابها لاحقًا حالا دون أن تقرأ كتبي، لكنها أبقتها مكدسة إلى جانب كرسيها ومسدتها بيدها واختالت بها على زوارها في دار التقاعد. كثيرة هي



والد ووالدة المؤلف - 1930

الأشياء التي لم تكتمل بيني وبين أبويَّ. كثيرة هي المواضيع التي لم نناقشها قطُّ عن حياتنا معًا وعن التوتر والتعاسة في عائلتنا وعن عالمي وعالمهما. حين أتأمل حياتهما، وأتخيلهما حين وصلا إلى جزيرة أليس دون مال أو تعليم ودون معرفة ولو بكلمة من الإنجليزية، تدمع عيناي. أريد أن أقول لهما: «أعلم ما مررتما به. أعلم كم كان صعبًا. أعلم ما فعلتماه من أجلي. أرجوكما سامحاني لأنني شعرت بالعار منكما».

يشعرني النظر إلى حياتي السابقة وأنا في الثمانينات بالرعب وأحيانًا بالوحدة. فذاكرتي غير متينة، ولم يبقَ على قيد الحياة سوى قلة من الشهود على حياتي المبكرة. فأختي الأكبر مني بسبع سنوات توفيت منذ فترة قصيرة، ورحل أغلب أصدقائي ومعارفي القدامى كذلك.

حين أتممت الثمانين، أيقظت أصوات مفاجئة من الماضي بعض الذكريات. أولها كان صوت أرسلا تومكنز التي عثرت عليَّ عن طريق موقعي الإلكتروني. لم تخطر أرسلا ببالي منذ انتهت زمالتنا في مدرسة جيج الابتدائية في واشنطن. قالت في بريدها الإلكتروني: «أتمنى لك عيد ميلاد سعيدًا يا إرڤين . لقد قرأتُ كتابين من كتبك واستمتعت بهما وطلبت من مكتبتنا في أطلنطا أن تحضر بعضًا من كتبك الأخرى. أتذكر أنك كنت معي في فصل الآنسة فيرنالد في الصف الرابع، ولا أعلم أتذكرني أم لا. كنت سمينة للغاية وذات شعر أصهب منفوش، وكنت ولدًا جميلًا ذا شعر أسود من الفحم».

إذًا رأت أرسلا التي تذكرتها جيدًا أنني كنت ولدًا جميلًا بشعر أسود من الفحم! أنا؟ جميل؟ لو أنني علمت حينها! لم يخطر في بالي ولو للحظة أنني ولد جميل. كنت خجولًا ومنكبًّا على الدراسة وتنقصني الثقة بالنفس، ولم أتخيل قطُّ أن أحدًا يجدني جذَّابًا. بوركت يا أرسلا. بوركت

لإخباري أنني كنت جميلًا. لكن لماذا؟ لماذا لم تتحدثي مبكرًا؟ لربما غيَّرتِ طفولتي بأسرها لو تحدثتِ مبكرًا.

قبل عامين، وصلتني رسالة هاتفية من الماضي السحيق أولها: «أنا جيري، رفيق لعب الشطرنج القديم!» ومع أنني لم أسمع صوته منذ سبعين عامًا، تعرَّفت عليه مباشرة. إنه جيري فريدلاندر الذي امتلك والده بقالة عند تقاطع شارعي سيتون ونورث كابيتول بعد مجمع سكني واحد من بقالة أبي. في هذه الرسالة أخبرني أن حفيدته انضمت إلى دورة تعليمية في علم النفس السريري وتقرأ أحد كتبي. تذكر أننا كنا نلعب معًا دائمًا على مدى عامين حين كنت في الثانية عشرة وكان في الرابعة عشرة، وهي حقبة في ذاكرتي عبارة عن مكب لمشاعر النقص والشك في النفس. وبما أنني أتذكر القليل النادر من تلك السنوات، انتهزت فرصة الحصول على رأي آخر وابتززت جيري ليخبرني بأي انطباع عني (بعدما قلت له انطباعي عنه بالطبع).

قال: «كنت شابًّا لطيفًا ولينًا للغاية. أذكر أننا على مدار رفقتنا لم نتجادل قطُّ».

قلت بطمع: «قل لي المزيد؛ ذكرياتي من هذه الفترة غائمة جدًّا».

- كنت شقيًّا أحيانًا، لكن غلب عليك الجدية والاهتمام بالعلم. في الواقع كنت مهتمًّا جدًّا بالعلم، فإذا أتيت إلى منزلك في أي وقت كنت أجدك غارقًا وسط الكتب. نعم، أتذكر هذا جيدًا: إرڤ وكتبه. وكنت دائمًا تقرأ مواضيع صعبة وأدبًا أرفع مما أفهم. ولم تقرأ الكوميكس.

لم يصب الحقيقة كاملة، فقد كنت عاشقًا مولعًا بكابتن مارڤل، والرجل الوطواط، والدبور الأخضر (لا سوبرمان، لأن خلوه من نقاط الضعف فرَّغ مغامراته من أي نوع من التشويق). ذكَّرتني كلمات جيري

بأنني خلال تلك السنوات كنت كثيرًا ما أشتري كتبًا مستعملة من مكتبة في الشارع السابع على بُعد مجمع سكني واحد من المكتبة العامة. وبحسب ذاكرتي، ظهر في الأفق كتاب غامض يعلوه لون كأنه الصدأ عن الفلك. ومع أنني لم أفهم الكثير من القضايا المطروحة فيه، لبى هذا الكتاب هدفًا مختلفًا تمامًا: تركت الكتاب في مكان واضح لتلحظه صديقات أختي الجميلات، آملًا في إبهارهن بنضجي المبكر. فمن اللذيذ نيل مسحة منهن على رأسي أو عناق بين الحين والآخر أو قبلة. لكن لم أعلم أن جيري لاحظ الكتاب أيضًا. إنه هدف غير مقصود نالته نيران صديقة.

أخبرني جيري أنني فزت في أغلب الأحيان في مباريات الشطرنج، لكن نقصتني الروح الرياضية عند الخسارة: في نهاية إحدى المباريات الطويلة التي انتصر فيها بشق الأنفس، عبست وأصررت على أن عليه مبارزة أبي. وقد فعل. إذ أتى إلى منزلي في السبت التالي وانتصر على أبي كذلك، مع أنه متأكد من أن أبي تركه يفوز عن عمد.

أذهلتني الحكاية. كانت علاقتي بأبي جيدة وإن وجدت مسافة بيننا، لكنني لا أتذكر أنني لجأت إليه لينتقم لخسارتي. أتذكر أنه علمني لعب الشطرنج، إلا أنني اعتدت هزيمته مع بلوغي الحادية عشرة وبدأت أبحث عن غرماء أقوى، لا سيما أخيه وعمي إيب.

كانت لي مظلمة عند أبي دومًا: أنه لم يواجه أمي قطُّ ولو لمرة. فلم يختلف معها طوال حياتي التي ملأتها بالاستهانة والنقد. ولم ينحز لي ولو لمرة. وخاب ظني فيه بسبب سلبيته وقلة رجولته. لذلك حيرتني الحكاية: كيف دعوته لتعويض خسارتي أمام جيري؟ لعل ذاكرتي ضلت. لعلي كنت أفخر به أكثر مما أتخيل.

اكتسبت هذه الاحتمالية مصداقية مع استكمال جيري حكاية ملحمة حياته الشخصية. لم يحقق أبوه نجاحًا في تجارته وأجبرتهم خسائره على الانتقال إلى مساكن أقل درجة ثلاث مرات. إلى جانب ذلك، اضطر جيري إلى العمل بعد المدرسة وخلال عطلات الصيف. فأدركت أنني تمتعت بحظ أسعد كثيرًا. فمع أنني عملت في متجر أبي كثيرًا، لم أجبر قطُّ على ذلك وإنما فعلته للمتعة، حيث شعرت وأنا أخدم الزبائن وأجمع الفواتير وأحصِّل الأثمان وأعطي الباقي أنني رجل راشد. واضطر جيري إلى العمل خلال عطلات الصيف فيما أرسلني والداي إلى مخيمات صيفية تمتد إلى شهرين. لقد ألفت المزايا التي أهديت لي، وأظهر لي حواري مع جيري أن والدي أصاب في كثير مما فعله. من الواضح أنه كان رجلَ أعمال مجتهدًا وذكيًّا. وعمله (وعمل أمي) الدؤوب وفطنته في التجارة هما ما سهَّلا حياتي وأتاحا لي التعلُّم.

بعدما أنهيت المكالمة مع جيري، أطلَّت ذكريات منسية أخرى لوالدي. في إحدى الليالي الممطرة والمتجر مزدحم بالزبائن، أمسك رجل ضخم مهيب بحاوية خمر وانطلق يجري في الشارع. انطلق أبي دون تردد يطارده، تاركًا أمي وإياي وحدنا في المتجر المزدحم. وبعد 15 دقيقة عاد أبي يحمل الحاوية، إذ تعب اللص بعد مجمعين سكنيين أو ثلاثة وألقى غنيمته وهرب.

تصرف أبي بجسارة. ولست متأكدًا من أنني لو كنت مكانه لجسرت على المطاردة. لا بدَّ أنني شعرت بالفخر به، وكيف لا؟ لكن الغريب أني لا أسمح لنفسي بالتذكر. لم أجلس يومًا وأفكر بعمق في حياته وكيف كانت.

أعلم أن أبي اعتاد بدء العمل في الخامسة صباحًا بشراء الخضراوات والفاكهة من سوق الجنوب الشرقي بواشنطن، وأنه أغلق البقالة



والد المؤلف في بقالته - 1930 م

في العاشرة مساءً خلال أيام الأسبوع وعند منتصف الليل في ليلتي الجمعة والسبت. ولم يقتطع لعطلته الأسبوعية سوى يوم الأحد. وبين الحين والآخر، رافقته إلى سوق الخضراوات والفاكهة ووجدت مهمتنا هناك شاقة ومنهكة، إلا أنني لم أسمعه يومًا يشكو. أتذكر التحدث إلى رجل ناديته بـ «العم سام»، وهو أقرب أصدقاء أبي منذ الطفولة في روسيا (ناديت كل شخص في دائرة المهاجرين من قريتهم اليهودية سيلز بالعم أو العمة). حكى لي سام عن أبي وهو يجلس في علية منزله الصغيرة الباردة لكتابة الشعر. لكن هذا كله انتهى حين جُنِّد في الجيش الروسي وهو مراهق خلال الحرب العالمية الأولى للمشاركة في مد السكك الحديدية. وبعد الحرب انتقل إلى الولايات المتحدة بمساعدة من أخيه الأكبر مير، الذي هاجر قبله وفتح بقالة صغيرة في شارع فولتا بجورج تاون، وتبعتهما أختهما هانا وأخوه الأصغر إيب. جاء إيب

وحده في عام 1937 وفي نيته إرسال المال إلى أسرته في روسيا، لكنه تأخر؛ قتل النازيون كل من خلَّفهم وراءه، ومن بينهم أخت أبي الكبرى وطفلاها وأخوه وزوجة إيب وأطفاله الأربعة. رغم هذا لم تنبس شفتا أبي بكلمة، ولم يتحدث ولو مرة لا عن الهولوكوست[1] أو أي شيء يتعلق بالبلد القديم. وشعره كذلك كان جزءًا من الماضي. فلم أَره يكتب قطُّ، ولا رأيته يقرأ كتابًا ولا غيره إلا الجريدة اليهودية اليومية التي اعتاد تلقفها فور وصولها وتصفحها. لم أدرك إلا الآن أنه كان يبحث عن أي معلومات عن عائلته وأصدقائه. لم يشر أبي إلى الهولوكوست إلا مرة يتيمة: في العشرين من عمري خرجت معه وحدنا لتناول الغداء. وهذا حدث نادر. فرغم بيعه البقالة قبلها، ظل من الصعب اقتناصه من أمي. ولم يفتح حوارًا قطُّ، ولم ينظر إلي بإمعان. لعله شعر بعدم الارتياح معي، رغم أنه لم يكن خجولًا أو متحفظًا على الإطلاق مع عشيرته من الرجال، ولطالما أسعدتني رؤيته يضحك معهم ويلقي النكات وهم يلعبون بالورق. ربما خذل كل منا الآخر: فلم يسأل يومًا عن حياتي وعملي، ولم أخبره يومًا أنني أحبه. لا يزال حوارنا على الغداء واضحًا في ذهني. لقد تحدثنا كبالغين لساعة وكانت محادثة مذهلة. أتذكر سؤاله عما إذا كان يؤمن بإله، وقد أجاب: «بعد الشوا، كيف يمكن لأحد أن يؤمن بإله؟».

أدرك أن الوقت حان الآن أو تأخر لأسامحه على صمته، وعلى أنه مهاجر، وعلى أنه لم ينل قسطًا من التعليم، ولغفلته سهوًا عن خيبات أمل ابنه الوحيد التافهة. آن الأوان أن أنهي خزيًّا من جهله وأن أتذكر وجهه الوسيم ولطفه وتعامله اللين مع أصدقائه، وصوته الرخيم وهو يغني الأغاني اليديشية التي تعلمها وهو طفل في قريته اليهودية،

(1) وردت في النص الأصلي Shoah وهي كلمة عبرية مرادفة لتعبير الهولوكوست- المترجم.

وضحكه وهو يلعب بالأوراق مع أخيه وأصدقائه، وحركاته الرشيقة وهو يسبح عند شاطئ باي ريدج، وعلاقته المحبة بأخته هانا، أحب عمَّاتي إلى قلبي.



والد المؤلف – 1927 م

الفصل الخامس

المكتبة من الألف إلى الياء

لسنوات عديدة حتى التقاعد اعتدت الذهاب إلى ستانفورد والعودة منها للمنزل بدرَّاجتي كل يوم، واقفًا في كثير من الأحيان معجبًا عند تماثيل رودين المسماة «مواطني كاليه»[1] أو عند لوحة الموزاييك الكئيبة في الكنيسة التي تملأ ساحة مجمع الـ «كواد»[2] أو لأتصفح مكتبات الحرم الجامعي. حتى بعد التقاعد، ظللت أدور بالدرَّاجة في أنحاء مدينة بالو ألتو لأداء مهمات مختلفة أو زيارة الأصدقاء. لكن مؤخرًا فقدت الثقة في توازني فأصبحت أتجنب الحركة بالدراجة في الشوارع العامة، وقصرت استخدامي لها على المسارات المعدة للدراجات لمدة 30 إلى 40 دقيقة عند مغيب الشمس. ورغم أن مساراتي تغيرت، ظل إحساسي وأنا على الدراجة إحساسًا بالتحرر والتفكُّر، ومؤخرًا أضحت الحركة الناعمة السريعة وإحساس النسيم على وجهي ينقلني فورًا إلى الماضي.

(1) the Burghers of Calais: تمثال برونزي للنحات الفرنسي أوجوست رودان - المترجم.

(2) The Main Quadrangle: وهو قلب القسم القديم من جامعة ستانفورد بكاليفورنيا - المترجم.

وباستثناء علاقتي القوية التي امتدت لعشر سنوات مع الدراجات النارية خلال السنوات الأخيرة من العشرينات وبداية الثلاثينات، بقيت وفيًّا للدراجات منذ الثانية عشرة من عمري حين استسلم والداي وابتاعا لي دراجة حمراء من طراز أمريكان فلاير في عيد ميلادي بعد حملة توسل وتملق شعواء. لم أكن أملَّ التوسل واكتشفت في مرحلة مبكرة من عمري طريقة بالغة الأثر لم تخب قطُّ: أصنع رابطًا بين الغرض المطلوب والتعليم. لم يحب والداي إنفاق المال على أي تفاهات، أما إذا تعلق الأمر ولو من بعيد بالتعليم، سواء الأقلام أو الأوراق أو المسطرات الحاسبة (أتذكرونها؟) بسطا في الإنفاق كلتا يديهما. ولذا حين أخبرتهما أنني سأستخدم الدراجة لزيادة ترددي على مكتبة واشنطن المركزية الكبرى في تقاطع الشارع السابع مع شارع كيه، لم يقدرا على رد طلبي.



المؤلف في العاشرة من عمره

وفيت بالتزاماتي في الصفقة: في كل سبت ودون أن أفوت سبتًا واحدًا، ملأت حقيبة الدراجة الجلدية بستة كتب (الحد الأقصى المسموح للاستعارة) في رحلة تمتد لأربعين دقيقة لأستبدل بها غيرها.

أصبحت المكتبة منزلي الثاني وأمضيت ساعات طويلة هناك كل سبت. خدمت تلك الأمسيات الطويلة غرضين في آنٍ واحد: أوصلتني المكتبة بالعالم الأكبر الذي أتوق إليه، عالم التاريخ والثقافة والأفكار، وفي الوقت نفسه أراحت والديَّ فكرة أنهما رُزقا بعالم. كما أنهما فضَّلا بقائي بعيدًا عن الشارع؛ كان حينا خطرًا. لقد وقعت بقالة أبي وشقتنا الواقعة في الطابق الثاني في حي فقير من أحياء واشنطن أيام الفصل العنصري، على بُعد مجمعات سكنية قليلة من حدود حي البيض. امتلأت الشوارع بالعنف والسرقة والمصادمات العرقية والسكارى (وغذَّى كثير منهم الخمر التي باعها أبي في بقالته). ومن الحكمة خلال عطلات الصيف إبعادي عن الشوارع الخطرة (وعنهما) من خلال إرسالي، رغم التكلفة المرتفعة، إلى المعسكرات الصيفية في ميريلاند وفرجينيا وبنسلفانيا ونيوهامشير منذ بلغت السابعة.

أثارت قاعة الاستقبال الضخمة في الدور الرئيس بالمكتبة انبهاري لدرجة أنني كنت أمشي فيها على رؤوس أصابعي. وفي منتصف الدور الأول تمامًا وجدت أرففًا ضخمة تضم السير الذاتية بترتيب أبجدي حسب الموضوع. ولم أجد في نفسي الجرأة على التوجه إلى أمينة المكتبة المتصلفة طلبًا للنصيحة إلا بعدما درت حولها مرات كثيرة. ودون كلمة واحدة، أسكتتني برفع إصبعها أمام شفتيها وأشارت إليَّ أن أتوجه إلى حيث أنتمي عبر السلم الدائري الرخامي الكبير الذي يؤدي إلى قسم الأطفال في الطابق الثاني. جرجرت أذيال الخيبة واتبعت توجيهاتها، لكنني مع ذلك كلما حضرت إلى المكتبة ظللت أحوم حول أرفف السير

الذاتية إلى أن جاء الوقت ووضعت خطة: سأقرأ سيرة ذاتية واحدة كل أسبوع، بداية من الشخص الذي يبدأ اسمه بحرف «A» وأتبع الترتيب الهجائي. بدأت بهنري أرمسترونج[1]، بطل ملاكمة الوزن الخفيف خلال الثلاثينيَّات. ومن حرف «B»: أتذكر خوان بيلمونت -مصارع ثيران موهوب خلال بداية القرن التاسع عشر- وفرانسيس بيكون -عالم عصر التنوير-. في حرف «C»: تي كوب، وفي حرف «E»: توماس إيديسون. وفي حرف «G»: لو جيريج، وهيتي جرين (ساحرة وول ستريت) وحتى نهاية الأبجدية. في حرف «J» اكتشفت إدوارد جينر، الذي أصبح بطلي المفضل بسبب تمكنه من القضاء على الجدري. في حرف «K» قابلت جنكيز خان، ولأسابيع تساءلت هل أنقذ جينر نفوسًا أكثر من تلك التي قتلها جنكيز خان؟ في حرف «K» أيضًا وجدت سيرة بول دي كرويف بعنوان Microbe Hunters، الذي ألهمني لقراءة الكثير من الكتب حول العالم الميكروسكوبي، وفي العام التالي عملت خلال العطلات الأسبوعية مشغلًا لماكينة الصودا في صيدلية «بيبولز» وادَّخرت ما يكفي لشراء ميكروسكوب نحاسي مصقول لا يزال في حوزتي حتى اليوم. في حرف «N» وجدت ريد نيكولاس، عازف البوق، وتعرفت كذلك على رجل غريب يُدعى فريدرك نيتشه. وقادني حرف «P» إلى القديس بول، وسام باتش -أول من نجا من القفز من شلالات نياجرا-.

أتذكر إنهاء مشروع السير الذاتية عند حرف «T»، حيث اكتشفت ألبرت بايسون تيرهون. تشتتت في الأسابيع التالية وبدأت ألتهم كتبه العديدة حول الكلاب الاستثنائية من نوع الـ «كولي كلاد» و«لاسي». واليوم أعلم أنني لم أتضرر على الإطلاق من هذه الطريقة العشوائية في انتقاء ما أقرأ، ولم يصبني ضرر من كوني الطفل الوحيد في العالم

(1) الترتيب الأبجدي بحسب الحرف الأول من الاسم الثاني وليس الاسم الأول - المترجم.

الذي يعلم منذ العاشرة أو الحادية عشرة الكثير عن هاتي جرين وسام باتش، لكن مع هذا يا للوقت والجهد الضائعين. لقد تقت إلى شخص بالغ -مرشد أمريكي عادي- شخص كالذي رأيته في حلمي يرتدي بذلة ويدخل بقالة أبي ليعلن أنني شخص يملك قدرات عظيمة. حين أراجع الماضي الآن أشعر بالرقة تجاه الطفل الصغير الذي عانى الوحدة والخوف وتحلَّى بالإصرار، وأشعر بالانبهار لأنه شقَّ طريقه من خلال تعليم نفسه، رغم أنه سلك في ذلك مسلكًا عشوائيًّا، دون تشجيع أو قدوة أو إرشاد.

الفصل السادس

الحرب الدينية

الأخت مريام من راهبات الكاثوليك التقيتها بإحالة من الأخ ألفريد، كاهن الاعتراف الذي تتردد عليه، الذي تردد على عيادتي للعلاج على مدار سنوات طويلة، بعد وفاة أبيه المتجبِّر. كتب لي الأخ ألفريد رسالة:

عزيزي الدكتور يالوم (آسف لكن لا أستطيع مناداتك بإرڤ. سأحتاج إلى عام أو عامين من العلاج لأتمكن من هذا). آمل أن يتاح لك مقابلة الأخت مريام. إنها تملك روحًا محبة وجميلة، إلا أنها تجابه عوائق كثيرة تحول دونها ودون الراحة النفسية.

وجدت الأخت مريام امرأة في منتصف العمر جذَّابة وساحرة وإن كانت إلى حد ما محبطة، ترتدي ملابس ليس فيها خيط يعبر عنها. مباشرة ودون مواربة دخلت في تفاصيل مشكلاتها بسرعة ودون إحراج. على مدار عملها في الكنيسة، أحست بسعادة كبيرة من عملها الخيري

المباشر مع الفقراء، لكن بسبب ذكائها الشديد وقدراتها الإدارية، طُلب منها شغل مناصب إدارية أعلى في الدير. ورغم فاعليتها العالية في هذه المناصب، ساءت جودة حياتها. لم يعد متاحًا لها إلا وقتًا ضئيلًا للصلاة والتفكُّر، والآن تخوض صراعات شبه يومية مع الإداريات اللاتي يسعين إلى المزيد من السلطة، وتشعر بأن غضبها منهن ينجسها.

أحببت الأخت مريام من أول لحظة، ومع كل لقاء أسبوعي تعاظم احترامي لهذه المرأة التي كرست حياتها للخدمة أكثر من أي شخص عرفته في حياتي. وعزمت على فعل كل ما بيدي لأكون مفيدًا لها. كانت استثنائية في ذكائها وورعها، ولم تسأل قطُّ عن معتقداتي الدينية. وبعد عدة شهور من العلاج، نمت فيها الثقة الكافية لتجلب معها إلى جلساتنا مذكراتها الشخصية وقرأت على مسمعي عدة مقاطع. وباحت بشعورها العميق بالوحدة وغرابة المظهر، وعبرت عن حسدها للأخوات الأخريات اللاتي ينعمن بالجمال والبهاء. حين قرأت ما كتبت عن أساها على ما تخلت عنه -من الزواج، والحياة الجنسية، والأمومة- سالت دموعها. تألمت من أجلها وأنا أفكر في علاقاتي العزيزة مع زوجتي وأطفالي.

بسرعة تمالكت نفسها وحمدت وجود يسوع في حياتها. وتحدثت طويلًا عن حواراتها اليومية في الصباح الباكر معه، التي أمدتها بالقوة وواستها منذ سنوات مراهقتها التي قضتها في الدير. مؤخرًا، أصبحت هذه التأملات الصباحية نادرة جدًّا بسبب الأعباء الإدارية الكثيرة، وأصبحت تفتقدها بشدة. أهمني كثيرًا شأن الأخت مريام، وعقدت العزم على مساعدتها في استعادة تواصلها الصباحي مع يسوع.

ذات يوم، بعد إحدى جلساتنا، أدركت وأنا أقود دراجتي كم أسكت بصرامة شكوكي الدينية في كل مرة جلست فيها مع الأخت مريام. فلم أرَ من قبل مثل هذه التضحية والتفاني. وقد اعتبرت حياتي العملية

حياة خدمة لمرضاي، لكني أدركت أن ما أبذله لا يقارن بما تبذله هي، فأنا أبذل في الوقت الذي يناسبني وأتقاضى مقابلًا لخدماتي. فكيف اكتسبت مثل هذا الإيثار؟ تأملت طفولتها ونموها. فبعد أن ضرب والديها الفقر بسبب حادث عمل أقعد والدها العامل في منجم فحم، أودعاها وهي في الرابعة عشرة من عمرها في مدرسة دير، ولم يقدما لزيارتها إلا نادرًا بعدها. وأضحت حياتها منذئذ موزعة بصرامة على الصلوات والدراسات الإنجيلية المكثفة وتعاليم الكنيسة، ليلًا ونهارًا وما بينهما. ولم يتح لها سوى وقت قليل وعزيز للَّهو واللعب والأنشطة الاجتماعية، دون أي تواصل مع أي ذكور بكل تأكيد.

بعد انتهاء جلساتها، كثيرًا ما كنت أتأمل أطلال تعليمي الديني. في صباي في مدينة واشنطن، خضع ذكور اليهود لمنهج تعليمي عقائدي عتيق يبدو لي الآن وكأنه صُمِّم بهدف إبعاد المرء عن الحياة الدينية. وحسب علمي، لم يحتفظ أيٌّ من أقراني بأي مشاعر دينية. والداي كانا من العرق اليهودي: يتحدثان اليديشية، ويلتزمان بحذافير قواعد الأكل الكوشر عن طريق تخصيص أربع مجموعات أوانٍ مختلفة في المطبخ (للحليب، واللحم خلال العام، ومجموعتين مختلفتين لعيد الفصح)، ويترقبان الأعياد الدينية الكبرى، ويحملان حماسًا شديدًا للحركة الصهيونية. وأحاط والداي أنفسهما بالأقارب والأصدقاء ضمن مجموعة مترابطة، ولم تنشأ لهما تقريبًا أي صداقة بشخص غير يهودي أو يرغبا قطٌّ في اعتناق الثقافة الأمريكية العامة.

لكن رغم هويتهما اليهودية القوية، لم أشهد سوى القليل مما يدل على أن لهما اهتمامًا دينيًّا حقيقيًّا. فبعيدًا عن الالتزام الصارم بالحضور إلى الكنيس في الأعياد الكبرى، وصيام يوم الغفران، وتجنب الخبز المختمر في يوم الفصح، لم يأخذا الدين بجدية. فلم يلتزما بطقس

الصلاة اليومية، ولا ارتداء التيفيلين[1]، ولا قراءة الكتاب المقدس، ولا إضاءة الشموع يوم السبت.

أدارت معظم العائلات اليهودية متاجر صغيرة -أغلبها بقالات أو متاجر خمور وأطعمة معلبة- لا تغلق إلا أيام الأحد وأعياد الميلاد ورأس السنة والأعياد اليهودية الرئيسة. ولا تزال صورة احتفال الأعياد الكبرى في المعبد واضحة في ذهني: أبي والذكور من أصدقائه وأقاربه متلاصقين في صف واحد في الطابق السفلي، والنساء -ومن بينهن أختي وأمي- في الأعلى. أتذكر الجلوس إلى جانب أبي والعبث بأطراف شال الصلاة باللونين الأزرق والأبيض، ومستنشقًا رائحة كرات الوقاية من العثة من بدلة الأعياد الكبرى التي نادرًا ما يرتديها، وأجلس مسندًا رأسي إلى كتفه وهو يشير إلى الكلمات العبرية التي ينشدها المرتل أو الحاخام. وبما أنها كانت ألفاظًا غير مفهومة بالنسبة إليَّ، ركَّزت قدر استطاعتي على الترجمة الإنجليزية في الصفحة المقابلة، رأيتها تعج بحكايات معارك عنيفة ومعجزات وتمجيد مرهق لا ينتهي للرب. ولم أرَ ولو سطرًا واحدًا مفيدًا لحياتي. وبعد فترة طويلة من الجلوس إلى جانب والدي، أهرب إلى الخارج نحو ساحة صغيرة يجتمع فيها الأطفال للتحدث واللعب والمغازلة.

هذه هي تجربتي الدينية خلال طفولتي. ومن المحير أن أبي وأمي لم يسعيا قطُّ -ولو مرة- لتعليمي قراءة العبرية أو لغرس مبادئ العقيدة اليهودية. لكن مع حلول عيد ميلادي الثالث عشر وموعد الـ «بار

(1) تميمة مكونة من صندوقين من جلد الكوشر يحتوي كلٌّ منهما على نصوص من التوراة، يُلبس أحدهما على الجبهة والآخر على العضد بقرب القلب ويُلف حزامه على الساعد. - المترجم.

متسفا»[1]، تغيرت الأوضاع وأرسلاني إلى فصول دينية أيام الأحد، حيث كنت على عكس طبيعتي مشاغبًا في الفصل وأصررت على طرح أسئلة وقحة مثل: «إن كانت آدم وحواء أول البشر، فبمن تزوج أبناؤهما؟» أو «إن كان طقس عدم خلط الحليب واللحم بغرض تجنب احتمالية طهي لحم العجل في حليب أمه، فلماذا تشمل هذه القاعدة الدجاج أيها الحاخام؟» وأزعجت الجميع بتنبيههم إلى أن «الدجاج لا يعطي الحليب». في النهاية، طفح الكيل بالحاخام وطردني من المدرسة.

إلا أن النهاية لم تكن هنا. فلا يمكنني الهروب من تكاليف سن الرشد. أرسلني والداي إلى معلم خاص يُدعى أستاذ دارمشتات، وكان رجلًا مستقيمَ الظهر يتحلى بالصبر والوقار. والمهمة الرئيسة التي تواجه كل طفل في سن الرشد الديني هي إنشاد القسم المخصص لهذا الأسبوع من الهافتارا[2] (مختارات من أسفار الأنبياء) بصوت مرتفع بالعبرية أمام المجتمعين في المعبد.

ظهرت مشكلة كبيرة خلال عملي مع أ. دارمشتات: لم أستطع (أو لم أرد) تعلم العبرية. كنت طالبًا ممتازًا في جميع النواحي الأخرى، والأول على فصلي، إلا في هذه المهمة، أصبحت فجأة غبيًّا؛ لم يمكنني تذكر الحروف أو الأصوات أو نغمات القراءة. أخيرًا خارت عزيمة أ. دارمشتات الصبور بعد عجزه عن إيجاد حيلة، وأبلغ والدي أن المهمة مستحيلة. لن أتعلم أبدًا الهافتارا. من ثمة، عند حلول حفل البار متسفا، أنشد عمي إيب بدلًا عني. وطلب مني الحاخام أن أقرأ بضع عبارات بالعبرية لجلب البركة، لكن من التدريب السابق على الحفل بدا جليًّا عجزي عن تعلم

(1) سن الرشد الديني اليهودي، حيث يقام حفل ديني لإعلان تكليفه بأداء جميع الفرائض حسب الشريعة اليهودية - المترجم.

(2) أو العبارة الختامية - المترجم.

حتى هذه، وفي الحفل حمل لي الحاخام -المستسلم- بطاقات كتب عليها الكلمات العبرية منسوخة بالحروف الإنجليزية.

لا بدَّ أن هذا كان يومَ خزيٍ كبير بالنسبة إلى والدَيَّ. وكيف لا؟ إلا أنني لا أتذكر شيئًا يدل على شعورهما بالخزي، لا صورة ولا كلمة واحدة من أبي أو أمي. وأتمنى أن الخطاب الممتاز الذي ألقاه ابنهما (بالإنجليزية) في حفل العشاء المسائي قد خفف من ألمهما. في الآونة الأخيرة، وأنا أستعرض حياتي، أتساءل كثيرًا لماذا أنشد عمي مكاني وليس أبي؟ هل أقعد أبي شعور الخزي؟ كم أتمنى طرح هذا السؤال عليه. وماذا عن عملي لشهور طويلة مع أ. دارمشتات؟ لا أذكر أيَّ شيء عن هذه الحصص. وما أذكره هو طقس النزول من الحافلة قبل منزله بمحطة واحدة لتناول وجبة خفيفة من عربة هامبرجر ليتيل تا ڤيرن، وهي سلسلة في واشنطن تقدم ثلاث شطائر بسعر 25 سنتًا، تميزت عرباتها بسقف أخضر مكسو بالآجُر. وزادها لذة كونها محرمة: كانت أول لحم ليس حلالًا أتناوله على الإطلاق.

ولو أن مراهقًا مثل إرڤين الصغير في خضم أزمة هوية وطلب استشارة نفسية احترافية مني اليوم وأخبرني أنه لم يستطع تعلم قراءة العبرية (مع أنه تلميذ نجيب) وأن المدرسة الدينية فصلته (رغم أنه لم يعتد التسبب في مشكلات سلوكية ذات شأن)، وأنه فوق هذا تناول أول وجبة لحم غير حلال وهو في طريقه إلى معلم اللغة العبرية، فأتخيل الجلسة تسير كالتالي:

دكتور يالوم: *كل ما قلته يا إرڤين عن حدث بلوغ سن الرشد أجبرني على التساؤل إذا ما كنت في حالة تمرد لا واعية على والديك وثقافتك. أخبرتني أنك تلميذ ممتاز*

والأول على صفك دائمًا، لكن في وقت خطير -اللحظة التي توشك على شغل مكانك كرجل بالغ يهودي- تصاب دون سبب بخرف زائف وتعجز عن تعلم قراءة لغة أخرى.

إرڤين: مع كامل احترامي يا دكتور يالوم، لا أوافقك الرأي. السبب واضح للغاية: أنا في الحقيقة سيِّئ جدًّا في تعلم اللغات. وفي الحقيقة لم أستطع قطُّ تعلم لغة أخرى وأشك أني سأستطيع في المستقبل. وفي الحقيقة حصلت على امتياز في كل المواد وحصلت على جيد جدًّا في مادة اللغة اللاتينية ومقبول في الألمانية. وفي الحقيقة لا أستطيع تمييز النغمات ولا أداءها. وخلال فصول الغناء، يطلب مني معلمو الموسيقى عادةً ألا أغني وأقتصر على الهمهمة الهادئة. يعلم كل أصدقائي هذا ويعلمون أن من المستحيل أن أتمكن من أداء نغم أناشيد البار متسفا أو تعلم لغة أخرى.

دكتور يالوم: لكن دعني أذكرك يا إرڤين أن المسألة ليست مسألة تعلم لغة، فعلى الأرجح أقل من 5% من الأطفال اليهود في الولايات المتحدة يفهمون النص العبري الذي يقرؤونه في البار متسفا. مهمتك لم تكن تعلم التحدث بالعبرية ولا فهمها، بل تعلم بضعة أصوات وقراءة بضع صفحات جهرًا. ما الصعوبة في هذا؟ إنها مهمة يتمها عشرات الآلاف من الأطفال في عمر الثالثة عشرة كل عام. واسمح لي بأن أشير إلى أن الكثير منهم ليسوا طلبة ممتازين وإنما يحصلون على جيد جدًّا أو

جيد أو مقبول. لا، بل أصر على أن هذه ليست حالة خرف شديدة: أنا متأكد أن هناك تفسيرًا أفضل. أخبرني أكثر عن مشاعرك تجاه كونك يهوديًّا وتجاه عائلتك وثقافتك.

إرڤين: لا أدري كيف أبدأ.

دكتور يالوم: ما عليك سوى الجهر بما يدور في ذهنك عن كونك يهوديًّا في الثالثة عشرة من عمره. لا تحجب أي فكرة، بل انطق بها حالما تخطر ببالك. هذا ما يدعوه المعالجون بـ «التداعي الحر».

إرڤين: التداعي الحر؟ الجهر بأفكاري؟ واو، حسنًا، سأجرب. كوني يهوديًّا... شعب الله المختار... يا لها من مزحة بالنسبة إليَّ... مختار؟ لا، على العكس. كوني يهوديًّا لم يمنحني أي ميزة. كل ما جنيته دائمًا كان التعليقات العنصرية... حتى السيد ترنر -الرجل الأشقر أحمر الوجه صاحب محل الحلاقة الموجود على بعد ثلاثة متاجر من بقالة أبي- يدعوني بـ «الطفل اليهودي» وهو يقص شعري. ويونك -معلم الألعاب الرياضية- يصيح بي: «تحرك أيها الطفل اليهودي» حين أحاول دون جدوى تسلق الحبل المتدلي من السقف في صالة الألعاب الرياضية. والخزي الذي أشعر به في أعياد الميلاد حين يصف الأطفال هداياهم. كنت الطفل اليهودي الوحيد في مدرستي الابتدائية، وقد كذبت عليهم وتظاهرت بأني أحصل على هدايا. وأعرف أن أقاربي بيا وإيرين يقولان لزملائهما إن الهدايا التي حصلا عليها في الهانوكا هي

هدايا عيد الميلاد، لكن أهلي مشغولون جدًّا بالبقالة ولا يهدونني شيئًا في الهانوكا. ويغضبون من صداقتي بأطفال غير يهود، وخصوصًا الأطفال السود الذين لا يسمحون لي بدعوتهم إلى منزلي مع أني أذهب إلى منازلهم دائمًا.

دكتور يالوم: إذًا يبدو لي جليًّا أنك لا تتمنى شيئًا أكثر مما تتمنى الانفصال عن هذه الثقافة، وأن رفضك لتعلم العبرية لاحتفالية البار متسفا وتناول اللحم الحرام في طريقك إلى دروس العبرية تقول جميعًا الشيء نفسه، وتقوله بصوت مرتفع: «أرجوكم. أرجوكم. فليخرجني أحد من هنا!».

إرفين: من الصعب إنكار هذا. ولا بدَّ أن أهلي يشعرون بأنهم في معضلة فظيعة. فهم يريدون لي شيئًا مختلفًا وأفضل. يريدونني أن أنجح في العالم الخارجي، لكن لا بدَّ أنهم يخشون في الوقت ذاته من اختفاء عالمهم.

دكتور يالوم: هل عبروا عن هذا لك؟

إرفين: ليس مباشرة، لكن هناك علامات على ذلك. على سبيل المثال: يتحدث والداي إلى بعضهما باليديشية، ولا يتحدثان إليَّ أو إلى أختي بها.

بل يتحدثان إلينا بلغة مبسطة بين الإنجليزية واليديشية (أسميناها اليدينجليزية)، لكنهما بلا شك لا يرغبان في أن نتعلم اليديشية. كما أنهما يتكتمان بشدة على حياتهما السابقة في الوطن القديم، فلم أعلم أي شيء تقريبًا عن حياتهما في روسيا، وحين حاولت

معرفة موقع القرية اليهودية التي جاءا منها، كان أبي يمزح -وكان له حس دعابة رائع- بأنهما عاشا في روسيا، لكنهما كانا أحيانًا حين يعجزان عن تحمل فكرة عيش شتاء روسي آخر يدعيان أنهما في «بولندا»! أما فيما يتعلق بالحرب العالمية الثانية والنازيين والمحرقة، فولا كلمة واحدة. ظلت شفاههما مغلقة إلى الأبد. والصمت ذاته خيَّم على جميع بيوت أصدقائي اليهود.

دكتور يالوم: هل تعلم ما يريده والداك لك؟

إرڤين: نعم. أن أصبح متعلمًا وأصبح أمريكيًّا. إنهما لا يعرفان إلا القليل عن العالم الجديد. فحين وصلا إلى الولايات المتحدة لم يكونا قد حظيا بأي تعليم غير التعليم الديني. أعني على الإطلاق... إلا دورة كيف تصبح مواطنًا أمريكيًّا. وكأغلب اليهود الذين أعرفهم، فهما «أهل كتاب»، وأعتقد -بل أنا على يقين- أنهما يسعدان حين يرياني أقرأ كتابًا. ولا يقاطعانني أبدًا وأنا أقرأ. مع هذا لا تبدو عليهما أي علامة على أنهما يرغبان في التعلم. أظن أنهما يعرفان أن القطار فاتهما، وساعات العمل الشاق الطويلة تنهكهما تمامًا. ففي كل ليلة أراهما متعبين للغاية، ولا بدَّ أن مرارة العمل الشاق حلوة عليهما بسبب حصولي على رفاهية التعليم، لكن لا بدَّ أنهما يعرفان أن كل كتاب، وكل صفحة أقرؤها، تبعدني أكثر وأكثر عنهما.

دكتور يالوم: لا أزال أفكر في تناولك لهامبرجر ليتيل تاڤيرن: كانت أول خطوة. كانت كبوق يعلن بداية غزوة طويلة.

إرڤين: نعم، شننت حربًا طويلة من أجل الاستقلال، وأولى المناوشات كانت من أجل الطعام. فحتى من قبل تمردي خلال البار متسفا، كنت أسخر من قواعد الأكل الأرثوذوكسية. إنها سخيفة وغير منطقية، وفوق ذلك تمنعني من أن أصبح أمريكيًّا. وحين أذهب إلى حضور مباريات دوري واشنطن سيناتورز (ملعب جريفث على بعد بضعة أحياء من بقالة أبي)، فلا يمكنني تناول الهوت دوج على عكس أصدقائي. وحتى سلطة البيض أو شطائر الجبن المشوي من صيدلية شارعنا محرمة، لأن السكين التي قطعت الشطيرة قد تكون مستعملة قبل ذلك في تقطيع شطائر لحم الخنزير كما يعلل أبي. اعترضت: «سأطلب منهم ألا يقطعوه».

فيجيب أبي أو أمي: «لا. فكر في الصحن الذي ربما يُستخدم مع لحم الخنزير». «حرام. كل ذلك حرام». أتتخيل يا دكتور يالوم سماع هذا في الثالثة عشرة من عمرك؟ هذا جنون. كون شاسع بتلريليونات النجوم تولد وتموت وكوارث طبيعية تحل كل دقيقة على الأرض، وأبي وأمي يصران على أن الرب لا يجد شيئًا ينشغل به أهم من فحص سكاكين الصيدلية بحثًا عن آثار لحم الخنزير.

دكتور يالوم: أحقًّا؟ أهكذا تفكر في عمرك الصغير هذا؟

إرفين: دائمًا. أنا مهتم بالفلك وصنعت لنفسي منظارًا، وكلما نظرت إلى سماء الليل تذهلني ضآلتنا وسخافتنا وسط نظام الأفلاك العظيم. يبدو لي جليًّا أن القدامى حاولوا التعامل مع شعورهم بالضآلة عن طريق اختراع إله يمنحنا -معشر البشر- أهمية كبيرة لدرجة أن ينشغل بتفحص كل فعل من أفعالنا. ويبدو لي جليًّا أيضًا أننا نحاول تهوين حقيقة الموت على أنفسنا عن طريق اختراع الجنة وغيرها من الخيالات وقصص الجنيات التي تجمع كلها على شيء واحد: «نحن لا نموت»، بل نستمر في الوجود بعد الانتقال إلى عالم آخر.

دكتور يالوم: أحقًّا تراودك هذه الأفكار في عمرك هذا؟

إرفين: تخطر لي منذ وعيت. أبقيها في نفسي. لكن للأمانة، أفكر في الأديان وأفكار الحياة الآخرة باعتبارها أقدم عملية نصب في التاريخ. فهي تخدم هدفًا: تمنح القادة الدينين حياة مريحة، وتخفف عن البشرية الخوف من الموت. لكن لها ثمنًا كبيرًا: تجعلنا أطفالًا عاجزين، وتحجب أبصارنا عن النظام الطبيعي.

دكتور يالوم: عملية نصب؟ يا له من حكم قاسٍ. لماذا تنوي إغضاب مليارات البشر؟

إرفين: مهلًا، طلبت مني التداعي بحرية. أتذكر؟ في العادة أحتفظ بهذا كله لنفسي.

دكتور يالوم: صحيح. أنا طلبت منك ذلك. وأنت أجبت طلبي. وها أنا أعترض عليك. تقبل اعتذاري. ودعني أسألك عن شيء آخر: تحدثت عن الخوف من الموت

والآخرة. أتساءل كيف كانت تجاربك الشخصية مع الموت؟

إرفين: أولى ذكرياتي هي موت قطتي. كنت في العاشرة تقريبًا. دائمًا نُبقي في بقالتنا قطتين لمطاردة الفئران والقوارض واعتدت اللعب مع القطط كثيرًا. ذات يوم، صدمت سيارة قطتي المفضلة -نسيت اسمها- ووجدتها إلى جانب الرصيف ما زالت تتنفس. ركضت إلى البقالة وأخذت قطعة كبد من وعاء اللحم (كان أبي جزَّارًا كذلك) وقطعت منها شريحة وقربتها من فم القطة. كان الكبد طعامها المفضل. لكنها رفضت الأكل، وبعد قليل أغلقت عينيها إلى الأبد. أشعر بالسوء أنني نسيت اسمها وأدعوها بـ «القطة»، فقد قضينا الكثير من الساعات الدافئة الرائعة معًا. كانت تجلس في حجري تخرخر بصوت مرتفع، وأنا أمسدها ممسكًا بكتاب.

أما بالنسبة إلى موت البشر، فكان لي زميل في الفصل خلال الصف الثالث. لا أذكر اسمه، لكن أظن أننا كنا ندعوه بـ «إل. إي».. كان له شعر أبيض وربما لأنه كان أمهَق، وأرسلت معه أمه شطائر غريبة، مثل: شطيرة جبن وخيار مخلل، لم أرَ من قبل خيارًا مخللًا في الشطائر. كم هو غريب ثبات الأشياء الغريبة في الذاكرة. وذات يوم لم يأتِ إلى المدرسة، وفي اليوم التالي أعلن المعلم أنه مرض ومات. كان هذا كل شيء. لا أتذكر انفعالًا معينًا مني أو من أي شخص آخر في الفصل. إلا أن هناك شيئًا استثنائيًّا في الأمر: بقي وجه إل. إي. واضحًا في ذهني.

أستطيع استحضاره تعلوه تعبيرات الاندهاش وشعره الأشقر الفاتح منتصبًا في تصفيفة عسكرية.

دكتور يالوم: وهذا عجيب لأن...؟

إرڤين: عجيب لأن صورته واضحة جدًّا. وهذا غريب لأنني لم أعرفه جيدًا. أظن أنه كان في فصلي في تلك السنة فقط. والأهم لأنه كان مصابًا بداء ما، وكانت أمه تنقله بالسيارة إلى المدرسة ومنها، لذا لم يرافقني في العودة إلى المنزل ولم نلعب معًا. وفي فصلي الكثير من الأطفال الآخرين عرفتهم حينئذ معرفة أفضل بكثير، ومع هذا لا أستطيع تذكر وجهَ أيٍّ منهم.

دكتور يالوم: ومعنى هذا أن...؟

إرڤين: لا بدَّ أن معنى هذا أن الموت أسر انتباهي، لكنني اخترت ألا أفكر فيه بشكل مباشر.

دكتور يالوم: وهل مرت بك أيام فكرت فيها فيه بشكل مباشر؟

إرڤين: إنها ذكرى غائمة، لكن أذكر أنني كنت أسير في حينا، بعد اللعب على ماكينة الكرة والدبابيس (Pinball Machine)، وبرقت في ذهني فكرة أنني سأموت ككل الناس. ككل من عاشوا قبلي، ومن سيعيشون بعدي. هذا كل ما أتذكره، لكن أعلم أن هذا أول إدراكي لأنني سأموت، وأيضًا أنني لم أستطع التفكير فيه طويلًا، وبالطبع لم أحدث أحدًا بهذا. حتى الآن.

دكتور يالوم: لماذا قلت «بالطبع»؟

إرڤين: حياتي منعزلة جدًّا. لا يوجد أحد يمكنني مشاركة هذه الأفكار معه.

دكتور يالوم: هل تعني العزلة الوحدة؟

إرڤين: نعم.

دكتور يالوم: ما الذي يحضر في ذهنك حين تفكر في كلمة «وحيد»؟

إرڤين: أفكر في قيادة دراجتي في حديقة سولجر هوم القديمة التي تبعد 10 أحياء عن بقالة أبي...

دكتور يالوم: تقول دائمًا «متجر أبي»، ولا تقول أبدًا «منزلي».

إرڤين: نعم، ملاحظة جيدة يا دكتور يالوم. لاحظت ذلك الآن أيضًا. خجلي من منزلي عميق. ما يخطر ببالي... ما زلنا في التداعي الحر أليس كذلك؟

دكتور يالوم: نعم، أكمل.

إرڤين: ما يخطر ببالي هو حفل عيد ميلاد أقيم في إحدى ليالي السبت وحضرته حين كنت في الحادية عشرة أو الثانية عشرة في منزل فارهٍ جدًّا. منزل ليس كمثل أي منزل رأيته على الإطلاق إلا ما يظهر في أفلام هوليوود. كان منزل فتاة تُدعى جودي ستاينبرج التقيتها وأحببتها في أحد المخيمات الصيفية، وأظن أننا قبَّلنا بعضنا. أوصلتني أمي بالسيارة إلى الحفل ولم تتمكن من العودة لأخذي إلى المنزل لأن البقالة تكتظ بالزبائن أشد ما يكون في ليالي السبت. لذا حين انتهى الحفل،

أخذتني جودي وأمها بسيارتها إلى منزلي. شعرت بالإهانة من فكرة رؤيتهما لمنزلي الحقير، لذا طلبت منهما إنزالي قبله ببضعة بيوت عند منزل متواضع أفضل شكلًا وتظاهرت أننا نعيش فيه. وقفت على الأعتاب ألوح لهما حتى غادرتا. أشك أنني خدعتهما. أخجل من تذكر هذا.

دكتور يالوم: لنعد إلى ما كنا نقول آنفًا. حدثني عن جولاتك المنفردة بالدراجة في حديقة سولجر بارك.

إرڤين: كانت حديقة رائعة تمتد على مئات الأفدنة، خالية إلا من مبانٍ قليلة للجنود القدامى المرضى أو المسنين. أعتقد أن تلك الجولات هي أفضل ذكريات طفولتي: الهبوط من أعلى التلال العالية، وشعور الهواء على وجهي، والشعور بالحرية، وتلاوة الشعر بصوت مرتفع. درست أختي مادة في الكلية عن الشعر في العصر الفيكتوري. وحين أنهت الدورة، أخذت مراجعها ودرستها مرة بعد مرة، وحفظت قصائد بسيطة ذات إيقاع قوي، مثل قصيدة أوسكار وايلد بعنوان «Ballad of Reading Gaol»، أو بعض قصائد هاوسمان مما حوته مجموعة «Shropshire Lad»، مثل: «Loveliest of Trees, The Cherry Now» و«When I Was One and Twenty» وبعض أبيات «رباعيات عمر الخيام» بترجمة فيتزجيرالد، و«Prisoner of Chillon» لبايرون، وقصائد لتينيسون. قصيدة «Gunga Din» لكيبلينج من مفضلاتي، وما زال التسجيل الفونوغرافي الذي سجلته في متجر أشرطة صغير بالقرب من ملعب البيسبول وأنا في الثالثة عشرة

في حوزتي. على الوجه الأول خطبتي في البار متسفا (بالإنجليزية طبعًا)، وعلى الوجه الآخر قراءتي لقصيدة «Gunga Din» وكذلك قصيدة تينيسون «Charge of the Light Brigade». نعم، كلما فكرت في الأمر، يمكنني أن أقول إن هذه اللحظات -وأنا أهبط من أعلى التلة وأنشد أبيات الشعر- كانت أسعد أوقاتي.

دكتور يالوم: قارب وقتنا على الانتهاء، لكن قبل أن نتوقف، دعني أقول إنني أقدر حجم ما تعاني. أنت عالق بين عالمين: فلا أنت تعرف العالم القديم أو تحترمه، ولا عرفت طريق الوصول إلى العالم الجديد. يخلق هذا التوتر، وستحتاج إلى علاج نفسي طويل لمساعدتك في هذا. يسرني أنك قررت الحضور لمقابلتي، أنت إنسان حاذق، ولدي شعور قوي بأنك ستكون بخير.

الفصل السابع

الفتى المقامر

الساعة الثامنة صباح يوم الأربعاء. تناولت الإفطار وسرت على المسار الممهد بالحصى نحو مكتبي، ولم أقطع رحلتي إلا لأقول صباح الخير سريعًا لشجيرة البونساي ولأقطف الحشائش من حولها. أعلم أن تلك الحشائش الصغيرة لها الحق في الوجود، لكن لا يمكنني تركها تمتص الماء الذي تحتاج إليه البونساي. أشعر بسعادة كبيرة لأنني خصصت من يومي أربع ساعات للكتابة لا يقطعها شيء. وأتطلع للبدء، لكن كالعادة لا يمكنني مقاومة تفقد البريد الإلكتروني، واعدًا نفسي بأنني لن أقضي أكثر من 30 دقيقةً في الرد على ما وردني. حيتني أول رسالة قائلة:

«تذكير: اللعب اليوم في منزلي. تُفتح الأبواب الساعة 6:15. سيُقدم طعام لذيذ وثمين. تناولوا طعامكم بسرعة، فاللعبة تبدأ في تمام الساعة 6:45. أحضروا الكثير من المال. كيفين».

أوشكت فورًا أن أمسحها، لكن أوقفت نفسي وحاولت أن أشعر بالأسى وهو يمر بنفسي. أسست لعبة البوكر تلك قبل 40 سنة، لكنني لم أعد ألعبها، لأن نظري الضعيف (ولا يمكن تصحيحه) جعل اللعبة مكلفة جدًّا. فإساءة قراءة البطاقات كلفتني مبلغًا كبيرًا أو مبلغين كل مرة. قاومت التخلي عن اللعب لفترة طويلة، والتقدم في السن يعني التخلي عن شيء بعد شيء. والآن، رغم أنني لم ألعب منذ أربع سنوات، ما زال الأصحاب يرسلون لي الدعوة من باب المجاملة.

تخليت عن التنس والهرولة والغوص، إلا أن التخلي عن لعب البوكر مختلف. فالألعاب الأخرى كانت فردية أكثر، أما البوكر فكان مغامرة اجتماعية؛ هؤلاء الرجال اللطفاء كانوا زملائي في اللعب وأفتقدهم بشدة. نعم، نلتقي كل فترة لتناول الغداء معًا (ونرمي العملة أو نلعب جولة بوكر سريعة على طاولة المطعم لنرى من سيدفع الفاتورة)، لكن الشعور مختلف. أفتقد الإثارة والشعور بالمشاركة في أمر خطر. لطالما أحببت الإثارة التي أجدها في الرهان، والآن كل ما تبقَّى لي هو أن أحاول إقناع زوجتي بالمراهنة على أشياء سخيفة: تريدني أن أرتدي ربطة عنق في حفل عشاء وأجيب: «أراهنك على 20 دولارًا أنني سأكون الرجل الوحيد الذي يرتدي ربطة عنق في الحفل اليوم». في البداية تجاهلت الأمر، أما الآن، منذ إقلاعي عن البوكر، أصبحت تواسيني بقبول الرهان أحيانًا.

شكَّل هذا النوع من اللعب جزءًا كبيرًا من حياتي لفترة طويلة جدًّا. كم هي؟ قدمت لي مكالمة هاتفية قبل بضع سنوات بعض المعلومات. كانت مكالمة من شيلي فيشر، الذي لم أتحدث إليه منذ الصف الخامس. وكانت له حفيدة أخ تدرس علم النفس، وفي زيارة قريبة رآها تقرأ أحد كتبي «هبة العلاج النفسي». قال لها: «مهلًا، أعرف هذا الرجل»، ثم عثر على رقم أختي في دليل هاتف مدينة واشنطن واتصل بها للحصول على

رقمي. تحدثت مع شيلي طويلًا، وتذاكرنا عودتنا من المدرسة معًا كل يوم على الأقدام، ولعب البولينج، واللعب بالبطاقات وكرة الدرج، وجمع بطاقات البيسبول. في اليوم التالي، اتصل مجددًا وقال: «إرڤ، بالأمس قلت إنك تريد سماع رأيي فيك. لقد تذكرت الآن شيئًا آخر عنك: تعاني إدمانَ المراهنة. كنت تلح عليَّ للعب بالأوراق والمراهنة على أوراق البيسبول. أردت المراهنة على كل شيء. أتذكر يومًا أنك أردت المراهنة على لون السيارة التالية التي ستمر في الشارع. وأتذكر نشوتك بلعبة اليانصيب».

«اليانصيب»، لم أفكر فيها منذ سنوات. أثارت كلمات شيلي ذكرى قديمة: حين كنت في الحادية عشرة أو الثانية عشرة، حوَّل أبي بقالته إلى متجر خمور، وأصبحت الحياة أسهل قليلًا عليه وعلى أمي: لا توجد بضائع فاسدة يجب التخلص منها، ولا رحلات في الخامسة فجرًا إلى سوق الجملة لجلب الخضراوات والفاكهة، ولا حاجة إلى تقطيع اللحم. لكن أصبحت الظروف أيضًا أخطر، فالسرقات ليست نادرة، وفي ليالي السبت اختبأ حارس مسلح في مخزن متجرنا. أما خلال النهار، فعادة ما كان المتجر يمتلئ بشخصيات لافتة للأنظار. فمن بين زبائننا المعتادين: القوادون، والعاهرات، واللصوص، ومدمنو الكحوليات الحلوة واللاذعة، ووكلاء المراهنات واليانصيب.

ذات مرة حملت مع أبي طلبية من عدة حاويات سكوتش وبوربون إلى سيارة دوك. كان دوك أحد أفضل زبائننا، وكنت معجبًا بأناقته: عصا برأس عاجي، ومعطف ذو طية على الصدر من الكشمير الأزرق الرقيق، وسيارة كاديلاك بيضاء لامعة بطول ميل. حين وصلنا إلى السيارة المصفوفة في شارع جانبي على مقربة من المتجر، سألت: «هل ينبغي أن أضع حاوية السكوتش في الصندوق الخلفي؟». فضحك أبي ودوك.

قال أبي: «لمَ لا نريه الصندوق؟». فتح دوك بتباهٍ صندوق الكاديلاك وقال: «لا توجد مساحة كافية هنا يا بني». نظرت إلى الداخل وكادت عيناي تخرجان من مكانيهما. وحتى بعد مرور 70 سنة، ما زلت أرى المشهد بوضوح صادم: امتلأ الصندوق عن آخره برزم النقود من كل فئة، ملفوفة بأربطة مطاطية، وعدد من أكياس الخيش الكبيرة المنتفخة والفائضة بالعملات المعدنية.

كان دوك يعمل في إدارة اليانصيب، وهي لعبة متوطنة في حينا بواشنطن. وهكذا كانت تجري: كل يوم، يضع المراهنون في حينا رهاناتهم (مبلغًا زهيدًا في الغالب يصل إلى 10 سنتات) لدى الوكيل على ثلاثة أرقام. وإن صح توقعهم، «فقد أصابوا الرقم، والحمد للرب العظيم»، ويتلقون 60 دولارًا مقابل كل 10 سنتات (بنسبة 600: 1). لكن الحقيقة أن الاحتمالية كانت 1000: 1، لذا يحقق وكيل الرهان مكسبًا ضخمًا. ولم يمكن التلاعب بأرقام اليوم، لأنها تُؤخذ من معادلة علنية معروفة تعتمد على إجمالي الرهانات على ثلاثة سباقات خيول محددة في أحد ميادين السباق المحلية. ورغم أن الاحتمالية ضد المراهن بكل وضوح، فثمة أمران في صالحه: مبلغ الرهان الضئيل، والأمل المستمر بحصول ضربة حظ مفاجئة تخفف شيئًا من معاناته المزمنة بسبب الفقر.

أعرف شخصيًا تلك الإثارة الناتجة عن الترقب في المراهنة على الأرقام، لأنني وضعت أحيانًا وسرًا رهانًا صغيرًا (رغم معارضة والدي)، بقيمة خمسة أو 10 سنتات أنتزعها من خزنة المتجر (وذكرى تلك السرقة التافهة تجعلني حتى الآن ألتوي من الخزي). طالما قال أبي إن المراهنة بهذه الاحتمالات الضئيلة للحمقى فقط. أعلم أنه محق، لكن إلى أن أصبحت كبيرًا، لم يكن في البلدة لعبة سوى هذه. وضعت

رهاناتي لدى وليام، أحد رجلين أسودين يعملان في المتجر. ووعدته بربع المكسب إن ربحت. كان وليام مدمنَ خمر، ورجلًا جذَّابًا ومفعمًا بالنشاط، إلا أنه ليس نموذجًا للنزاهة ولم أدرِ قطُّ هل وضع رهاناتي أم احتفظ بالمال لنفسه أو وضعها باسمه. لم أصب الرقم قطُّ، وأظن أنني لو أصبت لتنصل وليام على الأرجح بحجة أن وكيل الرهان لم يحضر في ذلك اليوم أو أي قصة ملفقة أخرى. أقلعت عن هذا في النهاية حين حالفني الحظ باكتشاف مراهنات البيسبول، والكرابس، والبينوكل، والأهم: البوكر.

الفصل الثامن

تاريخ مختصر للغضب

جاءت مريضتي بريندا إلى جلستها اليوم بهدف واضح. فدون أن ترميني بنظرة حتى، دخلت مكتبي وجلست ثم فتحت حقيبتها لتُخرج ملاحظاتها، وبدأت تقرأ جهرًا عبارات جاهزة تعدد شكاواها من سلوكي خلال جلستنا السابقة.

«قلت إن أدائي سيئ في جلساتنا وإن المرضى الآخرين يحضرون على استعداد أفضل للتحدث عن مشكلاتهم. وأشرت ضمنًا إلى أنك تفضل العمل مع مرضاك الآخرين، ووبختني لعدم استحضاري الأحلام لا من المنام ولا اليقظة، وقلت كما قال معالجي السابق إن رفضي للبوح هو المتسبب في فشل كل تجاربي العلاجية السابقة».

في الجلسة السابقة جلست بريندا صامتة -كما تفعل غالبًا- ولم تقدم أي شيء، فأجبرتني على بذل جهد أكبر من اللازم؛ شعرت أنني أحاول فتح قوقعة محار. هذه المرة وهي تقرأ قائمة الاتهامات، تزايد بالتدريج سلوكي الدفاعي. التعامل مع الغضب من نقاط ضعفي. ملت تلقائيًّا إلى الإشارة إلى التحريفات التي وقعت فيها، لكن أمسكت لساني لعدة أسباب. أولًا، كانت بداية مواتية لجلسة علاجية، أفضل بكثير من

الجلسة الماضية. بدأت في البوح، بدأت في إزالة اللجام عن الأفكار والمشاعر التي أوثقت قيدها. فوق ذلك، رغم أنها حرَّفت كلماتي، أعلم أنني بالفعل قلت في نفسي بعضًا مما اتهمتني بقوله، وعلى الأرجح سبغت هذه الخواطر كلماتي بشكل لم ألاحظه.

- بريندا، أتفهم تمامًا انزعاجك: أعتقد أنك أخطأت في نقل كلامي قليلًا، لكنك محقة في التالي: شعرت بالفعل بالغضب والحيرة إلى حد ما في الأسبوع الماضي. (ثم سألتها) إن مررنا بجلسة مشابهة في المستقبل، فبماذا تنصحين؟ ما أفضل سؤال كان يمكن أن أطرحه؟

أجابت: «لمَ لا تسألني عما حدث في الأسبوع الماضي وجعلني أشعر بالسوء؟».

اتبعت اقتراحها وطرحت السؤال: «ماذا حدث في الأسبوع الماضي وجعلك تشعرين بالسوء؟» وقادنا السؤال إلى نقاش مثمر عن خيبات الأمل والإهانات التي شعرت بها خلال الأيام القليلة الماضية. وعند اقتراب نهاية الساعة، عدت للبداية وسألتها عن شعورها تجاه إحساسها بالغضب مني. بكت وعبرت عن الامتنان لأخذي إياها على محمل الجد، وعلى تقبلي تحمل مسؤولية مساهمتي فيه وعلى صبري عليها. رأيت أننا نحن الاثنين دخلنا إلى مرحلة جديدة من مراحل العلاج النفسي.

دفعتني الجلسة إلى التفكير في الغضب وأنا أقود دراجتي عابرًا الجدول المائي الذي يقطع طريقي إلى المنزل. ورغم شعوري بالرضا عن طريقة تعاملي مع الواقعة، علمت أن ثمة عملًا يجب أن أنجزه على نفسي في هذه المساحة. فلو أن بريندا لا تعجبني كثيرًا ولو أني لا أعلم أن انتقادي شاق عليها، لضقت ذرعًا بها أكثر بكثير. ولو كان مكانها ذكر غاضب، لشعرت بلا شك بتهديد أشد بكثير. فالمواجهات ثقيلة على

قلبي دائمًا -سواء الشخصي منها أو العملي-، وقد حرصت على تجنب تولي أي منصب إداري -مثل: رئيس مجلس أو مدير لجنة أو عميد كلية- يفرض عليَّ المواجهة. بل إنني لم أجرِ مقابلة بخصوص منصب كهذا إلا مرة وحيدة بعد إنهاء دراسة التخصص حين خضت مقابلة عمل لمنصب رئيس جامعتي السابقة جون هوبكنز. ولحسن حظي وحظهم اختاروا مرشحًا غيري للمنصب. لطالما قلت لنفسي إن تجنب المناصب الإدارية حركة حكيمة لأن نقطة قوتي الحقيقية تكمن في الأبحاث السريرية والممارسة الطبية والكتابة، لكن يجب أن أعترف الآن أن خوفي من الصراعات وحيائي العام ساهما بشكل كبير في ذلك.

لذا تجد زوجتي -التي تعرف أنني أفضل المناسبات الاجتماعية الصغيرة المكونة من أربعة أشخاص أو ستة بحد أقصى- من المضحك أنني أصبحت خبيرًا في العلاج الجماعي. لكن اتضح أن خبرتي في قيادة المجموعات العلاجية في الحقيقة علاج لي كما هو لمرضاي، فقد زادت من ارتياحي في المواقف الجماعية. وأصبحت منذ فترة طويلة لا أحس إلا بتوتر بسيط عند مواجهة جمهور كبير. لكن من ناحية أخرى، تجري هذه العروض وفقًا لشروطي: لا أريد المشاركة في مناظرات مباشرة عامة؛ لا أفكر بسرعة في مثل هذه المواقف. ومن مزايا التقدم في السن أن الجماهير تعاملني الآن باحترام كبير؛ لم يحدث منذ سنوات -وعقود- أن واجهني تحدٍّ لفظي من زميل أو سائل من الجمهور.

أوقفت دراجتي لعشر دقائق لمشاهدة فريق مدرسة جان الثانوية للتنس يتدرب، واسترجعت أيامي في فريق مدرسة روزفلت الثانوية للتنس. كنت السادس في فريق مكون من ستة لاعبين، وإن كنت أفضل من نيلسون صاحب المركز الخامس. لكنه كلما لعبنا، أخافني بعدوانيته وسبابه وإيقاف اللعب في اللحظات الحرجة للدعاء في سره لبضع

ثوانٍ. لم يتعاطف معي المدرب وقال لي: «تصرف كالكبار وجد طريقة للتعامل مع الأمر».

تابعت قيادة الدراجة وتذكرت من عالجت من المحامين والمديرين التنفيذيين الذين تغذوا على الصراعات، وكم بهرتني شهيتهم للمعارك. لم أفهم قطُّ كيف أصبحوا على هذه الشاكلة، ولا كيف اكتسبت شخصية تتجنب الصراع بشدة. أتذكر المتنمرين في المدرسة الابتدائية الذين هددوني بالضرب بعد المدرسة. أتذكر قراءة قصص عن الأطفال الذين تعلموا من آبائهم الملاكمة، وكم تمنيت أبًا كهذا. عشت في زمن تجنب اليهود فيه القتال دائمًا، وكانوا هم مَن يتعرضون للضرب. والاستثناء كان الملاكم اليهودي بيلي كون، الذي خسرت رهاني عليه حين قاتل جو لويس. واكتشفت بعد سنوات أنه لم يكن يهوديًّا من الأصل.

لم يكن الدفاع عن النفس قضية هامشية خلال أول 14 سنة من عمري، فحيي لم يكن آمنًا، وحتى أقصر مشوار يثير الخوف. وكنت أذهب إلى سينما سيلفان القريبة من بقالتنا ثلاث مرات في الأسبوع. وبما أن كل عرض احتوى على فيلمين، فقد شاهدت ستة أفلام كل أسبوع، كانت في العادة من أفلام الغرب الأمريكي أو الحرب العالمية الثانية. وسمح لي والداي دون تردد بالذهاب لأنهما ظنا أنني بأمان في السينما. أتخيل أنهما شعرا بالراحة ما دمت في المكتبة أو السينما أو أقرأ في الدور العلوي؛ على الأقل ضمنا أنني بعيد عن الخطر خلال تلك الساعات الخمس عشرة أو العشرين من كل أسبوع.

لكن بيرل كان موجودًا دائمًا. كنت في الحادية عشرة وأعمل في البقالة في أمسية يوم أحد حين طلبت مني أمي شراء مثلجات القهوة من صيدلية في الشارع نفسه على بُعد أربعة أبواب. فالباب التالي لبقالتنا كان مغسلة ملابس صينية، وبعدها حلاق على نافذته عدة

صور لعدة تصفيفات مختلفة اصفرَّت بفعل الزمن، ثم متجر معدات فوضوي، وأخيرًا الصيدلية التي أضافت إلى بيع الأدوية منضدة تقديم الغداء بسعة ثمانية كراسٍ مرتفعة لتقديم الشطائر والمثلجات. حصلت على المثلجات، ودفعت 10 سنتات (الحصة الواحدة بخمسة سنت، لكن أمي أحبت الحصة المزدوجة)، وخرجت من الصيدلية لأجدني محاطًا بأربعة أولاد بيض أكبر مني بسنة أو سنتين. ومن الغريب والخطر وجود مجموعة من البيض في حي السود، وهي علامة على وجود مشكلة في العادة.

زمجر أحدهم: «لمن هذه المثلجات؟» وكان ولدًا له عينان ضيقتان باردتان ووجه نحيف وشعر قصير، وحول عنقه منديل أحمر على شكل موزة.

تمتمت: «أمي» وبحثت بعيني خلسة عن طريق للهروب.

أجاب: «ماما؟ لمَ لا تذق منه القليل؟» وأمسك يدي ودفع المثلجات في وجهي.

وفي تلك اللحظة، ظهرت مجموعة من الأطفال السود -من أصدقائي- من خلف الزاوية، ورأوا ما يحدث وأحاطوا بنا. مال أحدهم -واسمه ليون- نحونا وقال لي: «يا إرڤ، لا تقبل إهانة ذاك الوقح. يمكنك التعامل معه»، ثم همس: «استخدم اللكمة العلوية التي أريتك إياها».

وفي تلك اللحظة، سمعت خطوات ثقيلة تضرب الأرض ورأيت أبي ووليام -عامل التوصيل- يركضان نحوي. أمسك أبي يدي وسحبني نحو بر الأمان في متجر بلومنجبيل.

بالطبع، فعل أبي الصواب. لو كنت مكانه لتصرفت التصرف نفسه مع ابني. فآخر شيء يوده الأب هو أن ينخرط ابنه في عراك شوارع تؤججه العنصرية العرقية. لكن كثيرًا ما أنظر إلى عملية الإنقاذ بندم.

أتمنى لو صارعت ذلك الفتى وأريته لكمتي البائسة. لم أواجه معتديًا من قبل، وها أنا محاط بأصدقاء وفروا لي الحماية، وتلك فرصة مثالية. كان الفتى بحجمي نفسه تقريبًا وإن كان أكبر مني سنًّا، ولو تبادلت اللكمات معه لشعرت برضا أكبر. ما أسوأ ما قد يحدث؟ نزيف في الأنف؟ أم ورم حول العين: ثمن بخس لاتخاذ موقف والثبات أمام الخطر ولو لمرة.

أعلم أن نمط تصرف الكبار معقد ولا يحركه حدث واحد. رغم هذا أصر على الاعتقاد أن عدم ارتياحي عند التعامل مع الغضب المنفلت وتجنبي للمواجهة -ولو كانت في صورة مناظرة ساخنة- وإحجامي عن قبول المناصب الإدارية التي لا تخلو من المواجهات والخلافات، كان سيختلف لو لم يخرجني والدي وويليام من تلك المعركة في تلك الليلة البعيدة. لكنني أفهم أيضًا أنني كبرت في بيئة من الخوف: قضبان حديدية على نوافذ البقالة، وخطر في كل مكان، وقصص مطاردة يهود أوروبا وقتلهم تلاحقنا. كان الهروب هو الاستراتيجية الوحيدة التي علمني إياها والدي.

وأنا أصف هذه الواقعة، ظهر مشهد آخر في ذهني: في طريقي لمشاهدة الأفلام برفقة أمي، ودخلنا سينما سيلفان والفيلم على وشك البدء. نادرًا ما كانت ترافقني أمي إلى السينما، لا سيما في منتصف ظهيرة يوم سبت، إلا أنها عشقت فريد أستير وذهبت في كثير من الأحيان لمشاهدة أفلامه. لم أسعد بمرافقتها لأنها غير لبقة -وفظة في أحيان كثيرة - ولا تعرف عواقب الأمور أبدًا. شعرت بالإحراج كلما قابلت أحد أصدقائي. داخل القاعة، رأت كرسيين فارغين في صف متوسط فدخلت وجلست في أحدهما. قال ولد يجلس إلى جانب الكرسيين: «يا سيدة، حجزت هذا الكرسي».

أجابت بصوت مرتفع: «يا لك من رجل ذي شأن؛ لقد حجز الكرسي» فسمعها كل المحيطين، أما أنا فحاولت رفع قميصي لأخفي وجهي. وبعدها تمامًا حضر رفيق هذا الولد وتحرك الاثنان نحو صف جانبي متجهمين ومتمتمين بكلام لم أفهمه. وبعد أن بدأ الفيلم بقليل بدأت أسترق النظر نحوهما، ولاحظ الولد ذلك فرفع قبضته وهزها لي وحرك شفتيه دون صوت: «سأنال منك لاحقًا».

هذا الولد هو من دفع مثلجات أمي في وجهي. وبما أنه لا يمكنه الانتقام منها، فلا بدَّ أنه أكنَّ الضغينة وتربص لفترة طويلة بي حتى أمكنه الإمساك بي وحيدًا. ويا لسعادته المضاعفة حين علم أن المثلجات لأمي؛ لقد نال منا نحن الاثنين بضربة واحدة.

كل هذا مقبول ويبني سردية مرضية. ما أقوى رغبتنا في ملء الفراغات وصياغة قصص محكمة. لكن أهي حقيقية؟ بعد سبعين سنة من وقوعها لا أمل لي في التنقيب عن الحقائق «الصادقة»، لكن لعل شدة مشاعري في تلك اللحظات ورغبتي في العراك والتجمد في مكاني اجتمعت جميعًا بطريقة أو بأخرى. أليس كذلك؟ للأسف، لست متأكدًا الآن من أنه الولد نفسه، ولا من أن الترتيب الزمني صحيح: فلا يستبعد أن تكون واقعة المثلجات سبقت واقعة السينما.

وأنا أكبر في العمر، أصبح من الصعب أكثر من أي وقت مضى التأكد من إجابة هذه الأسئلة. أحاول استعادة أجزاء من شبابي، لكن حين أسعى إلى تأكيد الأحداث من أختي وأقاربي وأصدقائي، أُصدم من مدى اختلاف ذكريات كل واحد عن الوقائع نفسها. وفي عملي اليومي، وأنا أساعد المرضى على إعادة بناء بدايات حياتهم، تزداد قناعتي بالطبيعة الهشة والمتغيرة للحقيقة. والمذكرات -وهذه منها- عمل خيالي أكثر مما نود أن نعتقد.

الفصل التاسع

الطاولة الحمراء

مكتبي عبارة عن استديو يبعد عن منزلي مسافة 150 قدمًا (46 م تقريبًا)، لكن يحيط بكلا المبنيين الكثير من أوراق الشجر تكاد تخفي كلَّ واحد عن الآخر. أقضي أغلب يومي في المكتب، أكتب طوال النهار وأقابل المرضى بعد الظهر. وحين أشعر بالاضطراب، أخرج عند نبتة البونساي وأعمل بهدوء على تشذيبها وسقيها والاستمتاع بجمال أشكالها الرقيقة والتفكير في الأسئلة التي ينبغي أن أطرحها على كريستين، محترفة تربية البونساي وأقرب صديقات ابنتي، التي تعيش على بعد مجمع سكني واحد.

بعد جولتي المسائية بالدراجة أو على الأقدام مع مارلين، نقضي بقية المساء في مكتبتنا في القراءة والتحدث ومشاهدة الأفلام. ولغرفة المكتبة نافذة كبيرة في أحد أركانها، تفتح على فناء مبني من الخشب الأحمر الريفي وفيه أثاث خارجي ومسبح ساخن كبير من الخشب الأحمر محاط بأشجار بلوط كاليفورنيا الحية. تغطي الحوائط مئات الكتب، وأثاثها على طراز كاليفورني غير رسمي مكون من كراسٍ جلدية الظهر وأريكة يغطيها غطاء أبيض وأحمر واسع. وفي إحدى الزوايا،

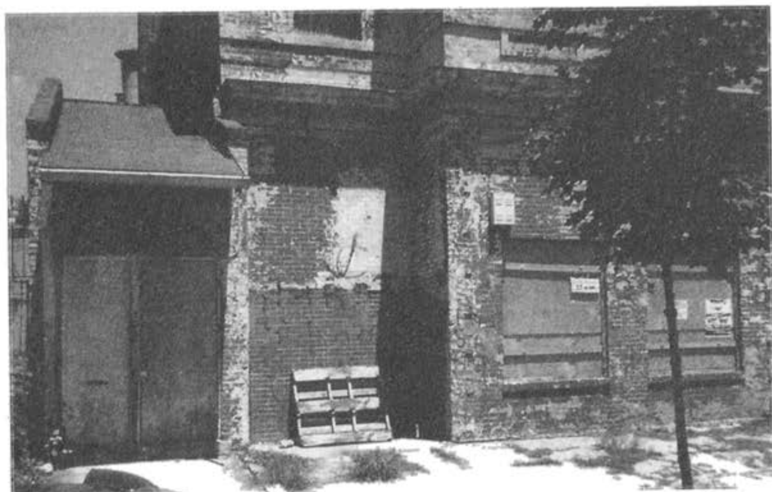
تقف قطعة متناقضة تمامًا مع كل ما في الغرفة: منضدة حمراء مبهرجة تحاكي الطراز الباروكي ولها أربع أرجل سوداء وذهبية مع أربعة كراسي مشابهة. ألعب الشطرنج وألعاب الطاولة الأخرى مع أطفالي على هذه المنضدة كما لعبت عليها مع أبي قبل 70 سنة في أيام الأحد.

لا تعجب تلك المنضدة مارلين لأنها لا تتماشى مع أي شيء آخر في منزلنا، وترغب في التخلص منها، ولكنها يئست من تحقيق تلك الرغبة قبل وقت طويل. تعلم أنها ذات قيمة كبيرة بالنسبة إليَّ، ووافقت على إبقائها في الغرفة وإن كانت وضعتها في منفى دائم في الركن البعيد منها. ترتبط المنضدة بأحد أهم أحداث حياتي، وكلما نظرت إليها غمرني شعور الحنين إلى الماضي والخوف والتحرر.

انقسمت أول حياتي إلى جزئين: ما قبل عيد ميلادي الرابع عشر وما بعده. حتى بلوغي الرابعة عشرة، ظللت أعيش مع أمي وأبي وأختي في شقتنا الصغيرة الرديئة القابعة فوق البقالة. ومع أنها كانت فوق البقالة مباشرة، فقد انفصلت بمدخل من خارج البقالة خلف زاوية قريبة. وكان في المدخل دهليز يوصل البائع الفحم إليه، وبالتالي فالباب لا يُغلق. وخلال الشتاء البارد، لم يكن من النادر العثور على مدمن خمر أو اثنين ينامان على الأرض.

أعلى الدرج، توجد شقتان، وشقتنا كانت التي تطل على شارع فيرست. امتلكنا غرفتين: واحدة لوالدي، وواحدة لأختي. أما أنا فنمت في غرفة الطعام الصغيرة على أريكة دافنبورت تتحول إلى سرير. وحين بلغت العاشرة، ذهبت أختي إلى الدراسة في الجامعة وحللت مكانها. وامتلكنا مطبخًا صغيرًا فيه طاولة صغيرة تناولت عليها كل وجباتي. وعلى مدى طفولتي كاملة، لم أتناول وجبة قطُّ مع أمي أو أبي (بخلاف أيام الأحد التي اعتدنا فيها تناول العشاء مع شبكة كاملة من العائلة

تتراوح بين 12 إلى 20 شخصًا). كانت أمي تعد الطعام وتتركه على الموقد، وأتناول أنا وأختي وجباتنا على طاولة المطبخ الصغيرة.



مدخل شقة العائلة فوق البقالة في عام 1943

سكن أصدقائي شققًا صغيرة مثلي، ولذا لم يأتِ على خاطري التطلع إلى السكن في شقة أجمل، إلا أن شقتنا تميزت برعب دائم وفريد: الصراصير. انتشرت الصراصير في كل مكان رغم جهود مكافحي الحشرات، وأصابني الرعب منها. وفي كل ليلة، اعتادت أمي وضع أرجل سريري في أوعية ملآنة بالماء أو الكيروسين أحيانًا لمنعها من تسلق سريري. مع هذا كانت تقع فيه أحيانًا من السقف. فخلال الليل، بمجرد انطفاء النور يصبح المنزل ملكهم، وأمكن لي سماعهم ينتشرون على أرضية مطبخي الصغير المطلية بدهان زيتي. لذا لم أجرؤ على الذهاب إلى الحمام خلال الليل للتبول، وبدلًا من ذلك استخدمت جرة احتفظت بها إلى جانب سريري. أتذكر ذات مرة، حين كنت في العاشرة أو الحادية عشرة، جلست أقرأ كتابًا في غرفة معيشتنا وفوجئت بصرصور عملاق

يطير بعرض الغرفة ويهبط في حجري (نعم، تستطيع الصراصير الطيران. لا تفعل ذلك كثيرًا، لكنها تستطيع بكل تأكيد). صرخت وركض أبي نحوي وأسقطه على الأرض ودعس عليه. ورؤية الصرصور المدهوس أسوأ ما في الأمر، فركضت إلى الحمام لأتقيأ. حاول أبي تهدئتي، إلا أنه لم يستطع فهم سبب انزعاجي الشديد من حشرة ميتة (رهاب الصراصير لا يزال موجودًا، لكنه خامل ولم يعد مزعجًا منذ زمن بعيد؛ "بالو ألتو" جافة جدًّا على الصراصير فلم أرَ واحدًا منذ نصف قرن تقريبًا، وهي ميزة إضافية عظيمة للحياة في كاليفورنيا).

ثم ذات يوم، حين بلغت الرابعة عشرة، أخبرتني أمي بشكل عابر أنها اشترت منزلًا، وأننا سننتقل إليه قريبًا. أول ما أتذكره بعدها هو دخول بيتنا الجديد الواقع في شارع هادئ جميل على بعد مجمع سكني واحد من حديقة روك كريك. كان منزلًا كبيرًا جميلًا من طابقين وثلاث غرف نوم وغرفة استرخاء من خشب الصنوبر المملوء بالعقد الخشبية في الطابق السفلي، وشرفة جانبية مغلقة بالسلك، وفناء صغير حوله سور شجري. تولت أمي مشروع الانتقال بأسره تقريبًا. فهي التي اشترت البيت دون أن يستقطع أبي من وقت عمله في البقالة لمعاينته.

متى انتقلنا؟ هل رأيت عمَّال النقل؟ ما انطباعي الأول عن المنزل؟ كيف كانت ليلتي الأولى فيه؟ وماذا عن المتعة الكبيرة للوداع الأخير لتلك الشقة الموبوءة بالصراصير وللخزي والوسخ والفقر والمدمنين النائمين في مدخل منزلنا؟ لا بدَّ أنني شعرت بكل هذه الأشياء، لكنني لا أتذكر إلا القليل. لعلِّي كنت مشغولًا جدًّا ومتوترًا من الانتقال إلى الصف التاسع في مدرسة جديدة وتكوين صداقات جديدة. تجمع الذاكرة والعواطف علاقة متقلبة. أتذكر بالفعل التجول في منزلنا وفنائنا النظيفين شاعرًا بالعجب. لا بدَّ أنني شعرت بالفخر عند دعوة أصدقائي إلى المنزل، ولا

بدَّ أنني شعرت بسلام أقوى وخوف أقل ونوم أهنأ، وإن كان كل هذا افتراضات. ما أتذكره بوضوح شديد من تلك الفترة بأسرها هو قصة شراء الطاولة الحمراء التي حكتها أمي بفخر.

لقد قررت شراء أغراض جديدة وعدم الاحتفاظ بأي شيء من شقتنا القديمة: لا الأثاث، ولا البياضات ولا أي شيء عدا أوعية المطبخ (ولا أزال أستخدمها حتى اليوم). من المؤكد أنها ضجرت هي الأخرى من معيشتنا، مع أنها لم تحدثني بشيء من تطلعاتها ومشاعرها قطُّ. لكنها حكت لي أكثر من مرة قصة الطاولة. فبعد أن اشترت المنزل، ذهبت في ظهيرة اليوم نفسه إلى متجر أثاث ضخم شهير يُدعى مازورز تتبضع منه جميع صديقاتها، وطلبت كل شيء للمنزل ذي الغرف الثلاث، بما في ذلك السجاد وأثاث المنزل والشرفة وكراسي الفناء. لا بدَّ أنه كان طلبًا ضخمًا، وعندما جمع البائع الحساب، جذبت ناظريها منضدة حمراء مبهرجة على الطراز الباروكي الحديث مغطاة بالجلد الأحمر البرَّاق ومعها أربعة كراسي بالجلد الأحمر نفسه.

أمرت البائع بإضافة الطاولة والكراسي إلى الطلب. أبلغها أن هذه الطاولة والكراسي بالذات مباعة بالفعل وأنه للأسف الشديد لا توجد مجموعة أخرى مثلها، فذاك النموذج لم يعد يُصنع. عندها طلبت منه أمي إلغاء الطلب بأسره والتقطت حقيبتها وتأهبت للمغادرة.

لعلها كانت جادة. لعلها لم تكن جادة. على أي حال، نجحت حركتها؛ رضخ البائع وأصبحت الطاولة ملكًا لها. تحية لأمي على ذاك التهديد الجريء. لقد لعبت البوكر كثيرًا، لكن هذه الحيلة هي أفضل شيء سمعته. أحيانًا تداعبني فكرة كتابة قصة من وجهة نظر الأسرة الأخرى التي لم تحصل على الطاولة. فهناك طاقة ما في تلك الفكرة. وسأروي

القصة من وجهتي النظر: تهديد أمي العظيم، وانتصارها، وخيبة أمل الأسرة الأخرى.

لا أزال أحتفظ بهذه الطاولة رغم نواح زوجتي بأنها لا تتماشى مع أي شيء في منزلنا. ورغم أني أرى العيب الجمالي، فتلك الطاولة تحمل ذكريات لعب الشطرنج في أيام الأحد مع أبي وأعمامي ومن بعدهم أولادي وأحفادي. في المدرسة الثانوية، لعبت في فريق الشطرنج، وارتديت بفخر معطفًا رياضيًّا عليه صورة قطعة شطرنج كبيرة. وبارى فريقنا -المكون من خمسة لاعبين- فرق جميع مدارس الثانوية في واشنطن. لعبت أول مباراة، فبعد انتصاري الدائم خلال السنة الأخيرة، اعتبرت نفسي بطل واشنطن على مستوى الصغار. لكنني لم أتحسن بما يكفي قطُّ للعب في مستوى أعلى، والسبب إلى حد ما هو عمي إيب الذي سخر من فكرة التسجيل، وبخاصة في المباريات الافتتاحية. أتذكره وهو يشير إلى رأسي ويعلن أني ذكي، ويشجعني على استخدام رأسي الجيد واللعب بطريقة غير متحفظة لهزيمة أعدائي. واتضح فيما بعد أنها نصيحة سيئة للغاية. وتوقفت عن اللعب خلال سنة الإعداد لكلية الطب، وبمجرد نجاحي في الوصول إلى كلية الطب، حاولت الانضمام إلى فريق الشطرنج بالجامعة، وكنت الثاني في الفريق طوال الفصل الدراسي، ثم بدأت الدراسة وتخليت مجددًا عن اللعب حتى بدأت تعليم أبنائي -ڤيكتور وريد- اللذين أصبحا لاعبين ممتازين. ولم آخذ لعب الشطرنج بجدية سوى خلال السنوات القليلة الماضية. فبدأت دروس تعلم الشطرنج مع ماستر روسي وشاهدت تصنيفي يرتفع على الإنترنت. إلا أن الأوان فات، وأخشى أن ذاكرتي الآخذة في التدهور خصم لا يمكن التغلب عليه.

ولو ترك الأمر لأبي، لظللنا نعيش فوق البقالة إلى الأبد. فقد بدا غير مهتم بما حوله. فكانت أمي هي من تشتري كل ملابسه وتخبره بما يرتدي، بل وأي ربطة عنق يضع حين نخرج أيام الأحد.

تميز أبي بصوت جيد وأحببت سماعه يغني الأغاني اليديشية مع عمتي لوبا عندما تجتمع العائلة. على النقيض لم تأبه أمي لأي نوع من أنواع الموسيقى، ولم أسمعها تغني عبارة واحدة قطُّ، ولا بدَّ أنني ورثت هذا الجين. وفي صباح كل يوم أحد، اعتدت أنا وأبي لعب الشطرنج معًا على طاولة الباروك الحمراء، وعندها كان يشغل على الفونوغراف أغاني يديشية ويغني معها إلى أن تصرخ أمي: «كفى يا بن، كفى!». أطاعها دائمًا. في تلك اللحظات، تبلغ خيبة أملي فيه ذروتها، وتمنيت كثيرًا أن يصر على موقفه ويواجهها، وهذا لم يحدث قطُّ.

كانت أمي ماهرة في الطهي، وكثيرًا ما أتذكر الأطباق التي أعدتها. وأحاول كثيرًا حتى هذا اليوم أن أعيد طهيها باستخدام أواني الألومنيوم الثقيلة التي ورثتها عنها. أشعر بارتباط شديد بهذه الأواني. ويزداد الطعام لذة حين أستخدمها. وكثيرًا ما يطمع أطفالي فيها، لكني لا أزال متمسكًا بها.

حين انتقلنا إلى منزلنا الجديد، اعتادت أمي إعداد العشاء كل يوم، وبعدها تقطع بالسيارة رحلة من 20 دقيقة نحو البقالة، حيث تقضي بقية يومها ومسائها. كنت أسخن الطعام وآكل وجباتي وحدي وأنا أقرأ كتابًا (كانت أختي جين قد بدأت دراستها في جامعة ماريلاند)، ثم يأتي أبي إلى المنزل لتناول الطعام ونيل قيلولة، إلا أن أوقات تناول طعامي أنا وهو نادرًا ما تزامنت.

أحاط بشارعنا الجديد -بلاجدن تراس- من الجانبين أشجار الجميز الطويلة، خلفها منازل كبيرة جميلة تمتلئ جميعًا بأطفال في عمري.



والدة المؤلف ووالده أمام منزلهم في بلاجدن تراس – واشنطن 1947 م.

أتذكر أني تلقيت تحية في أول أيامي هناك. فقد كان أطفال الشارع يلعبون كرة اللمس ولوحوا لي -إذ احتاجوا إلى لاعب إضافي- وشاركتهم دون تردد. لاحقًا في اليوم نفسه، رأيت في الفناء الأمامي لمنزلهم بيلي نولان البالغ 13 عامًا يلعب التقاط الكرة مع جده المسن. علمت لاحقًا أن جده لعب في فريق بوستون ريد سوكس ذات يوم. وكان قدري أنا وبيلي أن نلعب معًا البيسبول كثيرًا. أتذكر أيضًا جولتي الأولى حول الحي: لاحظت بركة في فناء أحد المنازل يطفو عليها عدد من الزنابق، وأثارني هذا لأنني أعلم أن الماء سيقدم عينات جيدة أستخدمها لمجهري: أسراب من يرقات البعوض تطفو على السطح وجحافل الأميبا التي يمكنني كشطها من باطن أوراق الزنبق. لكن كيف لي أن أجمع العينات؟ لو كنت

في حيي القديم لتسللت إلى الفناء ليلًا وسرقت بضعة مخلوقات زهيدة من البركة. أما هنا فلا أعلم كيف ينبغي أن أتصرف.

قدم لي بلاجدن تراس وضواحيه بيئة مثالية: لا وسخ، لا خطر، لا جريمة، ولا تعليقات عنصرية. وقريبي جاي -الذي ظل أقرب أصدقائي مدى الحياة- انتقل أيضًا على بعد أربعة مجمعات مني واجتمعنا كثيرًا. ولم يفصل بين بيتي وحديقة كريك بارك -بجدولها ومساراتها وملاعب البيسبول والتنس فيها- سوى مجمعين فقط. وقد أقيمت هناك مباريات الحي كل ليلة تقريبًا بعد المدرسة وحتى المساء.

وداعًا للفئران. وداعًا للصراصير والجريمة والخطر والتهديدات العنصرية. تغيرت حياتي تمامًا الآن. ورغم أني كنت أعود إلى البقالة بين الحين والآخر لتقديم المساعدة عند نقص العمالة، فقد تركت خلفي محيطها القذر. ولم أعد بحاجة بعدها إلى الكذب عن محل سكني. لو أن جودي ستاينبرج -خليلتي من المخيم الصيفي- رأت منزلي الجديد!

الفصل العاشر

لقائي مع مارلين

أشجع المعالجين الطلبة دائمًا على بدء العلاج النفسي بعلاج أنفسهم: «نفسك التي بين جنبيك هي أداتك الرئيسة. تعلم كل شيء عنها ما استطعت. لا تدع النقاط العمياء تحول بينك وبين فهم مرضاك والتعاطف معهم». ومع هذا، أجد نفسي مرتبطًا بامرأة واحدة منذ بلغت الخامسة عشرة من عمري، ومن ثمة غارق دائمًا في عائلتي الكبيرة لدرجة أنني أتساءل: أيمكنني حقًّا دخول عالم شخص يخوض الحياة وحيدًا؟

أتذكر غالبًا أحداث عمري قبل مارلين بأنها إمَّا بيضاء وإمَّا سوداء، ولم تتسرب الألوان إلى عمري إلا بعد دخولها حياتي. أتذكر لقاءنا الأول بوضوح خارق للطبيعة. كنت في الصف العاشر بمدرسة روزفلت الثانوية وأعيش في حيي الجديد منذ ستة أشهر فقط. وفي وقت مبكر من إحدى ليالي السبت بعد أن قضيت ساعتين في المراهنة على ألعاب البولينج، أخبرني لوي روزنتال -أحد رفاق البولينج- بوجود حفل قريب في منزل مارلين كونيك واقترح أن نذهب. كنت خجولًا ولا أتحمس كثيرًا

للحفلات ولا أعرف مارلين، التي كانت في الصف التاسع وأسبقها بنصف فصل دراسي فقط، لكن لم أكن قد وضعت خططًا أخرى فوافقت.

كان منزلها متواضعًا من الطوب، طبق الأصل كل المنازل في شارع فورث، بين فراجوت وجالاتين، وله عدة درجات تؤدي إلى فناء أمامي صغير. رأيت ونحن نقترب من المنزل حلقة كبيرة من أطفال في مثل عمري على الدرجات وفي الفناء الصغير، يحاولون الدخول من الباب الأمامي. ومع ميلي إلى تجنب المواقف الاجتماعية، استدرت فورًا وأردت الانصراف إلى منزلي، إلا أن صديقي لوي -واسع الحيلة دائمًا- أمسك ذراعي وأشار إلى نافذة أمامية تواجه الفناء واقترح أن نتسلقها ونزحف إلى الداخل. تبعته عبر النافذة، واخترقنا حشدًا من الناس في دهليز المنزل، حيث وجدنا في منتصف الدوائر المتداخلة فتاة ضئيلة جدًّا وجميلة جدًّا وحيوية جدًّا ذات شعر بني فاتح طويل تجذب جميع الأنظار. قال لوي وهو يتحرك نحو الغرفة التالية بحثًا عن شيء يشربه: «ها هي ذي مارلين: تلك الفتاة القصيرة». كما قلت: كنت خجولًا جدًّا في العموم، لكن في تلك الليلة أدهشت نفسي، وبدلًا من الاستدارة والانسحاب عبر النافذة، أقبلت على الحشد واخترقته حتى وصلت إلى المضيفة. حين وصلت إليها لم أدرِ ما ينبغي أن أقول وبادرت فحسب بقولي: «مرحبًا! أنا إرڤين يالوم. زحفت للتو عبر النافذة». لا أذكر ماذا قلنا قبل أن يتشتت انتباهها بسبب الآخرين، لكن أعلم أنني كنت هالكًا: كنت منجذبًا لها انجذاب المسمار للمغناطيس، وسكنني فورًا شعور -بل اقتناع- بأنها ستلعب دورًا مهمًّا في حياتي.

اتصلت بها وأنا متوتر في اليوم التالي -فهذه أول مكالمة تلفونية لي إلى فتاة- ودعوتها لمشاهدة فيلم. سيصبح هذا أول موعد غرامي لي. عمَّ تحدثنا؟ أتذكر أنها أخبرتني أنها سهرت طوال الليل تقرأ رواية

«ذهب مع الريح» واضطرت إلى تفويت اليوم المدرسي التالي. وجدت ذلك جذابًا لدرجة أني أصبحت كالسكران. نحن الاثنان نحب القراءة ووقعنا فورًا في نقاش لا ينتهي عن الكتب. ولسبب ما بدت مهتمة جدًّا بتركيزي على السير الذاتية في المكتبة المركزية. من كان يظن أن مشروع قراءة السير الذاتية بالترتيب الأبجدي سيفيدني كثيرًا؟ رشح كلٌّ منا كتبًا للآخر، كنت حينئذ أقرأ بنهم سيرة جون ستاينبيك، وكانت تقرأ كتبًا لم ألتفت لها يومًا: رواية «جين إير» و«مرتفعات ويذرنج». أعجبتني أعمال جيمس فاريل، وأعجبتها أعمال جين أوستن، وأحببنا نحن الاثنين توماس وولف، وأحيانًا نقرأ أعذب المقاطع من قصة «Look Homeward, Angel» جهرًا لبعضنا بعضًا. وبعد القليل من اللقاءات العاطفية، راهنت قريبي جاي على 30 دولارًا أنني سأتزوجها. سدد رهنه في يوم زفافي.

بماذا تميزت؟ وأنا أكتب هذه المذكرات وأعيد تعريف نفسي بنفسي في صغري وأدرك الفوضى التي كنت عليها وكم شكوت خلال حياتي من افتقادي لموجه ومرشد، أدركت فجأة: لطالما حظيت بمرشد. مرشدي هو مارلين. فهم عقلي اللاواعي أنها الأنسب لمهمة جعلي إنسانًا متحضرًا وراقيًا. فتاريخها العائلي يشبه تاريخي العائلي بما يكفي لأشعر بالانتماء إليها، وإن كان مختلفًا بالقدر المطلوب. فوالداها أيضًا من المهاجرين من شرق أوروبا، لكنهما سبقا والديَّ بنصف أو ربع جيل وتلقيا تعليمًا غير ديني إلى حد كبير. هاجر والدها وهو مراهق، لكنه لم يعانِ اقتصاديًّا مثل والدي. وكان متعلمًا ورومانسيًّا، وأحب الأوبرا، وسافر عبر البلاد مثل بطله -والت وايتمان- للعمل في مختلف المهن الوضيعة للإنفاق على نفسه. وبعدما تزوج سيليا -والدة مارلين الجميلة الظريفة التي ترعرعت في كاركو ولم تحمل أيَّ شيء من غضب أمي

أو فظاظتها- افتتح بقالة علمنا لاحقًا أنها تبعد مجمعًا واحدًا عن بقالة والدي. لا بدَّ أنني عبرت أمام بقالة المنطقة الصغيرة تلك على قدمي أو دراجتي مئات المرات. إلا أن والدها رأى من البداية ألا يخضع عائلته لظروف المعيشة في حيي المتقلب الخطر الفقير، لذا نشأت مارلين في حي متواضع للطبقة المتوسطة لكنه آمن، ولم تضع قدمها في بقالة والدها قطُّ تقريبًا.

التقى أهلنا كثيرًا بعد ارتباطنا، وعلى عكس المتوقع، اكتسب أهلها احترامًا كبيرًا لأهلي. فهم والدها أن والدي رجل أعمال ناجح جدًّا، وأحس -مصيبًا- أن والدتي تحمل عقلًا حادًّا يستشرف المستقبل، وأنها القوة الدافعة الحقيقية الكامنة خلف نجاح والدي. للأسف، توفي والد مارلين عندما كنت في الثانية والعشرين من عمري، ولم أحظَ بفرصة معرفته عن قرب، مع أنه اصطحبني إلى أول حفل أوبرا أحضره (أوبرا الخفاش).

سبقت مارلين بنصف عام في الدراسة، وفي تلك الأيام أقيمت حفلات التخرج في فبراير ويونيو. لذا حضرت بعد شهور قليلة من لقائي معها حفل تخرجها في فبراير من مدرسة مكفالاند جونيور الثانوية (المجاورة لمدرستي الثانوية) واستمعت بدهشة لمارلين وهي تلقي خطاب الوداع. يا إلهي، كم أعجبتني تلك الفتاة وكم أحببتها!

كنا متلازمَين طوال الوقت خلال الثانوية وتناولنا الغداء معًا كل يوم، والتقينا دون استثناء كل عطلة نهاية أسبوع. جمعنا إخلاص شديد للأدب لدرجة أن بدت اهتماماتنا المتباينة الأخرى هامشية. فقد وقعتْ منذ وقت مبكر جدًّا في حب اللغة الفرنسية وأدبها وثقافتها، أما أنا ففضلت العلوم. تمكنت أنا بنجاح باهر من نطق كل كلمة فرنسية رأيتها أو سمعتها نطقًا خطأً، ولم تتمكن هي من رؤية شيء سوى رموشها عند النظر في مجهري. أحببنا نحن الاثنين حصص اللغة الإنجليزية، وعلى

عكس الطلبة الآخرين سعدنا بواجبات القراءة: «The Scarlet Letter» و«Silas Marner» و«The Return of the Native».

ذات مرة، أُلغيت كل حصص بعد الظهيرة ليجتمع كل الطلبة على مشاهدة الفيلم البريطاني «آمال عظيمة» من إنتاج عام 1946. جلسنا إلى جانب بعضنا بعضًا وشبكنا أصابعنا. يظل الفيلم أحد أفلامنا المفضلة على الإطلاق؛ شاهدناه مئات المرات على مر العقود. وقد فتح لي عالم ديكنز، فلم يمر وقت طويل قبل أن ألتهم كل كتاب خطه ديكنز في حياته. وقد أعدت قراءتها عدة مرات منذ ذلك الحين. وبعد سنوات لاحقة، حين حاضرت وسافرت كثيرًا في الولايات المتحدة وبريطانيا العظمى، وقعت أسيرَ عادة زيارة متاجر الكتب المستعملة وشراء الطبعة الأولى لأعمال ديكنز، ليبقى هذا هو الشيء الوحيد الذي جمعته في حياتي.

كانت مارلين حتى حينئذ أخَّاذة وذكية واجتماعية لدرجة أنها كسبت قلوب جميع معلميها. في تلك الأيام، كنت الكثير من الأشياء، لكن لم أكن أرى نفسي حتى في خيالي أنني جذَّاب. كنت طالبًا جيدًا وتميزت في العلوم وكذلك في الإنجليزية، حيث عملت الآنسة دافيز بدأب على تدمير شعبيتي عن طريق الإشادة بكتاباتي وتعليقها على لوحة التنويهات. لسوء الحظ، نُقلت في الصف الثاني عشر إلى صف الآنسة ماكولي -معلمة الإنجليزية الأخرى- التي كانت معلمة مارلين وتعتز بها كثيرًا. ذات يوم، رأتني أستند إلى خزانة مارلين وأتحدث إليها، ومنذ ذلك الحين أصبحت تناديني بـ «لوكر كاوبوي». لم تسامحني قطُّ على مغازلة مارلين، ولم أحظَ بفرصة في حصصها. فاعتادت إلقاء تعليقات ساخرة ومتهكمة على واجباتي. وسخرت من أدائي الرسمي حين كنت مراسلًا في الصف أقرأ لهم رواية الملك لير. مؤخرًا قلَّب اثنان من أطفالنا في

الأوراق القديمة الموجودة في خزانتنا، وصادفا نصًّا حماسيًّا كتبته عن لعبة البيسبول ومنحته الآنسة ماكولي درجة مقبول، وأثار غضبهما تصحيحها لصفحاتي بتعليقات مثل: «أحمق» أو «ما كل هذا الحماس لمثل هذه التفاهة». وللعلم، كنت أكتب عن شخصيات عملاقة مثل: جو ديماجيو، وفيل ريزوتو، وكينج كونج كيلر، وسموكي جو بيج، و«العجوز المضمون» تومي هينرش.

لم تزغ عيني عن أثمن ثرواتي: مشاركة حياتي مع مارلين منذ الخامسة عشرة من عمري. لقد زادت أفكاري رفعة، وطموحاتي قوة، وضربت لي نموذجًا للجمال والكرم والاهتمام بيقظة العقل. شكرًا لك يا لوي أينما كنت. شكرًا لأنك ساعدتني على الزحف عبر تلك النافذة.

الفصل الحادي عشر

أيام الجامعة

قبل عامين، كنت جالسًا في مقهى في سوساليتو مع صديقي لاري زاروف مطلين على خليج سان فرانسيسكو. عصفت الريح بالنوارس البحرية وشاهدنا عبَّارة سوساليتو تتجه نحو المدينة حتى اختفت عن الأنظار. تذاكرت أنا ولاري أيام الكلية: فقد كنا زملاء دراسة في جامعة جورج واشنطن وحضرنا أغلب المحاضرات معًا، في دورات مرهقة مثل: الكيمياء العضوية، والتحليل النوعي، والتشريح المقارن حيث شرَّحنا كل عضو وكل عضلة في جسد قطة. وخلال استرجاعنا لذكريات الأيام التي أعتبرها أعصب أيام حياتي، حكى لاري قصة عن حفلة جامحة في نادي الرجال وما امتلأت به من مشروبات جريئة وطالبات ودودات.

قاطعته فورًا: «نادي رجال؟ أي نادٍ؟».

- تي إي بي بالطبع.

- عمَّ تتحدث؟

- تاو إبسيلون باي. ما خطبك اليوم يا إرف؟

- خطبي أنا؟ أنا غاضب جدًّا. رأيتك كل يوم في الكلية ولم أسمع قطُّ بنادي الرجال هذا في جورج واشنطن. لماذا لم أتلقَّ دعوة للانضمام؟ لماذا لم تدعني أنت؟
- وكيف أتذكر هذا يا إرف؟ كنا في الجامعة في عام 1949 واليوم نحن في عام 2014.

حين تركت لاري، اتصلت بصديقي العزيز هيرب كوتز المقيم في واشنطن. كنت أنا وهيرب ولاري في رفقة دائمة في أيام الجامعة. فقد حققنا أعلى ثلاث مراتب في كل المواد، وذهبنا إلى الكلية معًا وتناولنا الغداء معًا كل يوم تقريبًا.

- تحدثت إلى لاري آنفًا يا هيرب وأخبرني عن انضمامه إلى نادي رجال يدعى تي إي بي في جامعة جورج واشنطن. هل تعلم بهذا؟
- نعم، كنت عضوًا فيه أيضًا.
- ماذا؟ أنت أيضًا؟ لا أصدق هذا. لماذا لم تطلب مني الانضمام؟
- ومَن يتذكر بعد كل هذا الوقت؟ على الأرجح سألتك لكن كل ما كنا نفعله هو إقامة حفلات شرب الجعة كل جمعة، وكنت تكره الجعة ولم تدخل علاقات عاطفية على الإطلاق حينها، بل بقيت وفيًّا لمارلين.

طويت على ضغينتي لفترة حتى قبل بضعة أشهر، حين وجدت مارلين خلال عملية تنظيف واسعة للمنزل خطاب من عام 1949 يرحب بانضمامي إلى تاو إبسيلون باي وشهادة عضويتي فيه. لقد كنت بالفعل عضوًا في النادي، لكن لم أحضر أي اجتماع قطُّ وأزلت من ذاكرتي أي ذكرى له.

تصف هذه الواقعة بدقة كم كنت متزمتًا ومتوترًا خلال دراستي الجامعية بجامعة جورج واشنطن على بعد 15 دقيقة بالسيارة عن منزلي. وحتى هذا اليوم، أغبط من حصلوا على تجربة سعيدة في الجامعة: روح المحاضرات، والشراكة في السكن التي تجعل الناس أصدقاء العمر، والرابطة التي تجمع الناس في الأحداث الرياضية، ومقالب نوادي الرجال، وعلاقة الإرشاد الوثيقة مع أستاذ معين، والمجتمعات السرية على غرار فيلم «Dead Poets Society». هذا الجزء من الحياة فاتني كله، لكنني أعلم أيضًا أنني عانيت توترًا شديدًا وعدم ارتياح مع نفسي لدرجة أنني أعلم تمامًا كم من الجيد أنني لم أدرس في جامعة من جامعات رابطة الآيفي، أشك أنني كنت لأستمتع -أو أنجو- في حياة جامعية كتلك.

خلال عملي في العلاج النفسي، أذهلني دائمًا استرجاع مرضاي لذكريات من حياتهم في مراحل متنوعة حين يمر طفل لهم بتلك المرحلة نفسها. وقع هذا لي قبل سنوات حين كان ولدي في السنة الدراسية الأخيرة من المرحلة الثانوية ويختار بين الكليات، وتكرر الأمر حين دخل حفيدي ديزموند الكلية. شعرت بالدهشة وحسدته على عدد الموارد المتاحة لمساعدته وزملائه على اختيار الكلية. فقد توفر له مستشار جامعي، وأدلة توجيهية مكتوبة عن أفضل 100 كلية علوم حرة صغيرة، ونقاشات مع فرق الترويج القادمة من كل كلية. لا أتذكر وجود أي نوع من أنواع الإرشاد في أيامي: لم نحظَ بمستشار جامعي في المدرسة، وبالطبع لم يعلم والداي أو أقاربي أي شيء عن العملية بأسرها. وفوق هذا -والأهم- لم أعرف أحدًا في مدرستي الثانوية أو حيي اختار الانضمام إلى كلية بعيدة، بل اختار كلُّ مَن أعرفهم واحدة من كليتين محليتين: جامعة ماريلاند أو جامعة جورج واشنطن (وكل

منهما جامعة كبيرة ومتوسطة المستوى ولا تفرق بين الطلاب على أساس فردي). وتأثرت بشدة بزوج أختي مورتون روز، الذي أكننت له شديد الاحترام، إذ كان طبيبًا ممتازًا تخرج في جامعة جورج واشنطن لدراسة الطب وقبلها سنوات الإعداد لكلية الطب، واقتنعت بأن جورج واشنطن إن كانت كافية لمثله، فينبغي أن تكون كافية لمثلي.

أخيرًا، حين قدمت لي مدرستي الثانوية منحة إيما كيه كار -التي تغطي كامل مصاريفي الدراسية في جامعة جورج واشنطن- حُسم الأمر. بغض النظر عن أن المصاريف الدراسية بلغت 300 دولارٍ سنويًّا فقط.

في ذلك الوقت، شعرت أن حياتي ومستقبلي بأسره على المحك. وقد علمت منذ قابلت د. مانشستر في عمر الرابعة عشرة أنني أرغب في دخول كلية الطب، لكن كان من المعروف أن كليات الطب تُخصص حصة 5% للطلبة اليهود، وجورج واشنطن تقبل 100 طالبٍ في كلية الطب وتقبل خمسة طلبة يهود كل سنة. وفي نادي الرجال اليهود في مدرستي الثانوية (أبسيلون لامبدا في) أكثر من خمسة طلبة أذكياء يخططون لدخول المرحلة التمهيدية لكلية الطب ثم التقديم على كلية الطب، ولم يكن نادينا هو النادي الوحيد في واشنطن، بل هناك العديد غيره. بدت المنافسة مخيفة، لذا فمن أول يوم لي في الكلية اخترت استراتيجية واحدة: سأترك كل شيء جانبًا وأبذل جهدًا أكثر من غيري، وأحصل على درجات جيدة تجبر كلية الطب على قبولي.

تبيَّن لاحقًا أنني لم أكن الوحيد المصمم على هذه الاستراتيجية. بل بدا لي أن كل الشباب الذين أعرفهم، وجميع أبناء اليهود المهاجرين من أوروبا بعد الحرب العالمية الأولى، يعتبرون الطب أفضل مهنة. ولو عجز أحدهم عن دخول كلية الطب، فهناك كلية الأسنان والحقوق

والطب البيطري، وبعدها هناك الخيار الأقل شعبية الذي يفضله الشباب المثاليون بيننا: العمل في التجارة مع الوالد. ودارت حينها مزحة شهيرة: لا يوجد لليهودي سوى خيارين: الطب أو الفشل.

لم يتدخل والداي في قراري الانضمام إلى جورج واشنطن. فلم يعد تواصلنا وثيقًا في تلك الأيام بعد أن أصبحت البقالة عن بعد نحو 30 دقيقة بالسيارة من منزلنا، ولم أَرَهما إلا قليلًا عدا أيام الأحد. وحتى أيام الأحد لم نتحدث عن أي شيء ذي شأن. أما أمي فلم أكد أتحدث إليها منذ سنوات بعد أن اتهمتني بأنني السبب في الأزمة القلبية التي أصابت أبي. قررت أن أحمي نفسي بالحفاظ على مسافة منها. ووددت لو اقتربت أكثر من أبي، لكن أبي وأمي متلازمان دائمًا أكثر من اللازم.

أتذكر إيصال أمي بالسيارة إلى البقالة وأنا في السنة الأخيرة من المدرسة الثانوية. وحينما وصلنا إلى منطقة حديقة سولجر هوم، التي تبعد خمس دقائق فقط عن البقالة، سألتني عن خططي المستقبلية. أخبرتها أنني سأنضم إلى الكلية في العام المقبل وأنني قررت أن أحاول دخول كلية الطب. أومأت برأسها وبدت في غاية الرضا، لكن انتهى الأمر عند ذلك. لم نتحدث عن خططي المستقبلية بعدها. وحين أفكر في الأمر الآن، أتساءل عما إذا كانت هي وأبي خائفين مني بشكل ما، وهل شعرا بأنهما لم يعودا قادرين على فهمي، وأنهما خسرا ابنهما لثقافة لا يفهمانها.

رغم كل هذا، لم أشك أنهما سيتحملان مصاريفي الدراسية وغيرها من المصاريف خلال فترة الجامعة وكلية الطب. بغض النظر عن وضع علاقتنا، تحرِّم ثقافة أبي وأمي عليهما التصرف على نحو مختلف، وعلى هذا النموذج سرت أنا مع أولادي.

ومن ثمة، كانت الدراسة الجامعية بالنسبة إليَّ وإلى أقرب أصدقائي لا تمثل وجهة نحلم بها، بل عقبة يجب أن نتخطاها بأسرع وقت ممكن. في العادة، يدخل الطلبة إلى كلية الطب بعد أربع سنوات دراسية والحصول على درجة البكالوريوس. لكن في بعض الحالات، قبلت كليات الطب الطلبة المتفوقين بعد اجتياز ثلاث سنوات فقط، بشرط أن يكونوا قد درسوا جميع المواد الإلزامية. اخترت أنا وأقراني هذه الخطة وبالتالي لم ندرس سوى المواد الإلزامية لدخول كلية الطب (الكيمياء، وعلم وظائف الأعضاء، والأحياء، والفيزياء، وتشريح الفقاريات، واللغة الألمانية).

ماذا أتذكر من أيام الكلية؟ خلال سنواتي الثلاث في الكلية، أخذت ثلاث مواد اختيارية فقط، كلها مواد أدبية. عشت في المنزل وسرت على روتين قاسٍ: العمل الجاد، والحفظ، والتجارب المعملية، والسهر طوال الليل للتأهب للاختبارات، والدراسة كل يوم من أيام الأسبوع.

لماذا هذا السعار؟ ولمَ العجلة؟ من المستبعد تمامًا بالنسبة إليَّ وإلى أصدقائي المقربين أن نقرر أخذ ما يُدعى الآن «سنة فراغ» للانضمام إلى منظمة مثل هيئة السلام (التي لم تكن ظهرت بعد)، أو التطوع في العمل الإنساني في دول أخرى، أو اختيار أحد الاختيارات الكثيرة الأخرى الشائعة في عالم أولادي وأقرانهم. بالنسبة إلينا، كنا تحت ضغط دائم من عملية التقديم على كلية الطب. ولم يخطر ببالنا أن نطيل مدة الوصول إلى كلية الطب أكثر من اللازم. وشعرت أنا بضغط زائد: أحتاج إلى إكمال علاقتي مع مارلين. يجب أن أنجح لأظهر لها أنني سأحظى بمسيرة مهنية قوية وسأصبح شخصًا ذا شأن ترغب في الزواج به. كانت متأخرة عني بنصف عام، وأقنعتها معلمة اللغة الفرنسية بالتقديم لدخول كلية ويليسلي، التي قبلتها على الفور. في سنتها الأخيرة من

المدرسة الثانوية ونصحتها زميلتها الأكبر في الأخوية أنها أصغر من أن ترتبط بشكل دائم من الآن وأن عليها -ولو بين الحين والآخر- الخروج مع رجال آخرين. لم أتقبَّل هذا وما زلت أتذكر اسم شابين خرجت معهما. وما إن غادرت لدخول ويليسلي حتى شعرت بتوتر شديد من فقدانها؛ شعرت أنني لا أستطيع منافسة من ستقابل من شباب جامعات رابطة الآيڤي. وكم كتبت لها معبرًا عن قلقي من أنني لا يمكن أن أتحلى بالجاذبية الكافية، وأنها ستلتقي رجالًا آخرين، وأنني قد أخسرها. انحصرت حياتي كلها في ذلك الوقت في العلوم المؤهلة لكلية الطب، وهي أمور لم تهم مارلين بأي درجة. احتفظت بخطابات مارلين، ومنذ بضع سنين، نشرت جريدة كلية ويليسلي عددًا منها.

خلال تلك السنوات، أقعدني ثقل التوتر وهجرني النوم لدرجة أنه كان ينبغي أن أزور معالجًا نفسيًّا، لكن لم يكن ذلك مطروحًا حينها. ولو قابلت معالجًا مثلي حينها، أتخيل أن حوارنا سيكون كالآتي:

دكتور يالوم: *قلت على الهاتف إن توترك أصبح غير محتمل تقريبًا. حدثني أكثر عن هذا.*

إرڤين: *انظر إلى أظفاري مقضومة حتى بان البياض من تحتها. أنا أخجل من منظرها وأحاول إخفاءها حين أكون برفقة أحد. انظر إليها. أشعر بشيء يضغط على صدري. نومي مدمر تمامًا. أستخدم الديكسادرين والقهوة لأسهر طوال الليل من أجل الدراسة للاختبارات، والآن لا يمكنني النوم دون منوم.*

دكتور يالوم: *ماذا تتناول؟*

إرڤين: *سيكونال، كل ليلة.*

دكتور يالوم: مَن وصفه لك؟

إرڤين: أختلس القليل من والدَيَّ. يتناول كلٌّ واحد منهما حبة كل ليلة منذ صغري. أتساءل هل الأرق عندنا وراثي؟

دكتور يالوم: ذكرت وجود ضغط أكاديمي شديد هذا العام. كيف كان نومك في الأعوام الماضية، خلال الثانوية على سبيل المثال؟

إرڤين: أحيانًا عانيت ضغطًا جنسيًّا زائدًا اضطرني إلى ممارسة الاستمناء كي أنام. لكن بشكل عام نمت جيدًا حتى هذا العام.

دكتور يالوم: هذا يجيب عن تساؤلك عن كون الأرق وراثيًّا. أتظن أن كل زملائك يعانون مستوى التوتر والأرق نفسه الذي تعانيه؟

إرڤين: أشك في ذلك. بالتأكيد لا يعاني زملائي غير اليهود الذين أعرفهم ذلك. بل يبدون مسترخين. فأحدهم يلعب في فريق البيسبول الجامعي، والآخرون يخرجون في مواعيد غرامية كثيرة، أو مشغولون بفعاليات نوادي الرجال.

دكتور يالوم: إذًا هذا يثبت أن الأرق ليس وراثيًّا ولا بيئيًّا، بل من آثار الطريقة الخاصة -أو بالأحرى الفريدة- التي تتفاعل بها أنت مع بيئتك.

إرڤين: أعلم. أعلم. أنا مهووس: أذاكر كل مادة ولكل اختبار أكثر من اللازم. كلما نُشر رسم بياني لدرجات أي

اختبار، أرى منحنى الفصل ثم أنظر إلى درجاتي: قيمة شاذة، أكبر بكثير من الدرجة التي أحتاج إليها لأحصل على امتياز. لكنني أسعى إلى اليقين؛ أنا مهووس.

دكتور يالوم: ولماذا كل هذا الهوس؟ ما الذي يقف خلفه في ظنك؟

إرڤين: أولًا، هناك حصة الخمسة بالمائة لقبول الطلبة اليهود في كلية الطب: هذا ضغط كافٍ!

دكتور يالوم: لكنك تقول إنك تدرس أكثر من اللازم. تقول إن الامتياز ليس كافيًا، بل يجب أن يكون «امتياز خارق». هل زملاؤك اليهود في حالة الهوس تلك نفسها؟

إرڤين: إنهم يذاكرون بجدٍّ شديد أيضًا. نذاكر معًا أحيانًا. لكنهم ليسوا مهووسين بالدرجة نفسها. لعل لديهم حياة عائلية ألطف، ولديهم أشياء أخرى في حياتهم، ويخرجون في مواعيد غرامية، وأظنهم أكثر اتزانًا.

دكتور يالوم: واتزانك أنت؟ كيف هو؟

إرڤين: 85% مذاكرة و15% قلق.

دكتور يالوم: هل تلك الـ 15% بسبب مسألة التقديم على كلية الطب؟

إرڤين: منه ومن شيء آخر: علاقتي بمارلين. أودُّ بلا ريب وباستماتة أن أقضي حياتي معها. ظلت علاقتنا ثابتة خلال المرحلة الثانوية.

دكتور يالوم: هل تقابلها الآن؟

إرڤين: إنها في ويليسلي بماساتشوستس لمدة أربع سنوات قادمة، لكننا نراسل بعضنا كل يومين تقريبًا. أتصل بها أحيانًا، إلا أن بُعد المسافة يجعل المكالمات مكلفة جدًّا. أمي تلومني جدًّا بهذا الشأن. ومارلين تحب ويليسلي وتعيش حياة جامعية طبيعية، بما يشمل لقاء رجال آخرين، وكلما ذكرت شابًّا من هارڤرد تخرج معه يُجن جنوني.

دكتور يالوم: هل تخشى من...؟

إرڤين: الواضح أنها ستلتقي شابًّا آخر يملك أكثر مما أملك: مظهر أفضل أو مرتبة اجتماعية أعلى أو عائلة أرقى أو مستقبل أفضل أمامه. كل هذه الأمور.

دكتور يالوم: وما تملكه هو...؟

إرڤين: لهذا بالضبط يحمل التقديم على كلية الطب كل هذه القيمة بالنسبة إليَّ. لا أشعر أن لديَّ شيئًا آخر.

دكتور يالوم: هل تخرج مع امرأة أخرى؟

إرڤين: لا؛ ليس لدي وقت.

دكتور يالوم: إذًا، أتعيش حياة رهبانية؟ لا بدَّ أن هذا صعب، وبخاصة أنها لا تفعل مثلك.

إرڤين: أليس كذلك؟ بعبارة أخرى، علاقتي بها ثابتة، أما علاقتها بي فلا.

دكتور يالوم: عادة تكون هذه السنوات مفعمة بالرغبة الجنسية الشديدة.

إرڤين: نعم. أشعر أنني فقدت نصف عقلي، بل ثلاثة أرباعه، بسبب التفكير في الجنس طوال الوقت. وماذا أملك من أمري؟ لا يمكنني مقابلة فتاة وأقول لها: «أنا أحب شخصًا آخر بعيدًا جدًّا وكل ما أريده منك هو الجنس». إذًا أأكذب؟ لا أجيد الكذب. لست شخصًا يجيد الكلام، بل أنا محصور حاليًّا في الكبت. أحلم في يقظتي طوال الوقت بلقاء جارة جميلة تجتاحها الرغبة كلما غاب زوجها عن البلدة. هذا حل مثالي. وبخاصة لو كانت في البيت المجاور تمامًا، فلا أحتاج إلى المواصلات.

دكتور يالوم: أنا مقتنع يا إرڤين أنك متعب أكثر مما يجب بكثير. أعتقد أنك ستستفيد من بعض العلاج النفسي، فأنت تحمل طنًّا من التوتر ويجب أن تنجز بعض العمل: أن تفهم لماذا اختل توازن حياتك، ولماذا تحتاج إلى المذاكرة الإضافية، ولماذا تعتقد أنك لا تملك إلا القليل لتقدمه، ولماذا التعلق الزائد بهذه المرأة لدرجة المخاطرة بتنفيرها منك. أعتقد أن بإمكاني مساعدتك وأقترح أن نبدأ في الاجتماع من الآن مرتين في الأسبوع.

إرڤين: مرتان في الأسبوع! أحتاج إلى نصف ساعة للقدوم ونصف ساعة للعودة. أربع ساعات في الأسبوع. ولدي اختبار كل أسبوع تقريبًا.

دكتور يالوم: توقعت أن ترد بهذا. لذا أريد أن أشير إلى شيء آخر. لم تقل هذا بشكل مباشر، لكن لدي حدسًا قويًّا أنك خلال دراستك الطبية قد تجد الطب النفسي مثيرًا على وجه خاص، وإن حدث هذا، فالساعات التي

نقضيها معًا ستخدم غرضين: لن تساعدك فحسب، بل ستجعل فهمك لهذا المجال أفضل.

إرڤين: *يمكنني رؤية ميزة ذلك، لكن المستقبل يبدو شديد الـ... شديد البُعد. التوتر هو العدو الصائل حاليًّا، وأخشى أن اقتطاع أربع ساعات من وقت مذاكرتي الأسبوعي قد يخلق توترًا زائدًا نعجز عن تهدئته عبر حوارنا. دعني أفكر في الأمر.*

وأنا أتأمل الماضي، أتمنى لو بدأت العلاج النفسي في المرحلة الجامعية، لكن في الخمسينيَّات، لم أعرف أحدًا جرب العلاج النفسي. وبطريقة ما، نجوت من تلك السنوات الثلاث المريعة. وساعدني كثيرًا أنني قضيت مع مارلين فصول الصيف حيث كنا مشرفين على المعسكرات الصيفية. مرت أيام المعسكرات تلك دون توتر أكاديمي، وكشفت خلالها حبي لها، واعتنيت بالمخيمين الصغار، ولعبت التنس وتعلمته، واكتسبت صداقة شباب مهتمين بشيء غير الطب. في أحد الأعوام، كان زميلي في الإشراف بول هورن، الذي أصبح عازفَ فلوت شهيرًا، وبقينا أصدقاء حتى وفاته.

وباستثناء فترات الراحة الصيفية، كانت سنوات دراستي الجامعية قاتمة وبلا هوادة، إذ تضمنت موادًا دراسية ضخمة وتواصلًا محدودًا بالأساتذة. ورغم التوتر والمحاضرات الجامدة، فقد وجدت محتوى جميع الدورات العلمية التي أخذتها مذهلًا. وانطبق هذا بوجه خاص على الكيمياء العضوية، فقد وجدت حلقة البنزين -بجمالها وبساطتها- وتعقيدها اللامحدود رائعة، وعلى مدى صيفين جنيت مصروفي الشخصي من تدريس هذه المادة للطلاب الآخرين. ومع ذلك، كانت

موادي المفضلة هي المواد الاختيارية الثلاث وكلها مواد أدبية: الشعر الأمريكي الحديث، والدراما العالمية، وصعود الرواية. فقد شعرت أنني حي في تلك الدورات، واستمتعت بقراءة الكتب وكتابة الأوراق البحثية، وهي الأوراق البحثية الوحيدة التي نشرتها في الكلية.

تظل مادة الدراما العالمية بارزة في ذهني. كان أجمل فصل حضرته -حضره أربعون طالبًا فحسب- والمحتوى آسرٌ. في هذا الفصل، نشأ التواصل الشخصي الوحيد بيني وبين أستاذ: امرأة جذابة في متوسط العمر تصفف شعرها الأشقر على شكل كعكة مشدودة بإحكام، ودعتني ذات مرة إلى مكتبها، وانتقدت وجهة نظري نحو "برومثيوس في الأغلال" من تأليف إسخيلوس بأكثر طريقة إيجابية ممكنة. فأخبرتني أن كتابتي ممتازة وتفكيري أصيل، وسألتني إن فكرت في التخصص في العلوم الإنسانية. حتى هذا اليوم، أتذكر وجهها المشرق؛ كانت الأستاذ الوحيد الذي يعرف اسمي.

وبخلاف درجة جيد جدًّا التي حصلت عليها في مادة اللغة الألمانية، حققت الامتياز في كل مواد الكلية، لكن مع هذا كان التقديم لكلية الطب عملية مدمرة للأعصاب. قدمت في 19 كلية وتلقيت 18 رفضًا وقبولًا واحدًا (كلية الطب بجورج واشنطن التي لا تستطيع رفض طالب جامعي فيها بمعدل متوسط 4.0). وبطريقة ما، لم تزعجني حصة اليهود المعادية للسامية في كلية الطب، بل كانت طبيعية. لم أعرف وضعًا آخر، وعلى طريقة والدي، اعتبرت ذلك مسلَّمًا به. لم أتظاهر يومًا بأني ناشط حقوقي أو حتى أغضب من الظلم الكبير في النظام. وحين أتأمل ذلك، أعتقد أن غياب الغضب راجع إلى قلة تقدير الذات؛ لقد اعتنقت وجهة نظر من اضطهدوني.

يمكنني الشعور حتى الآن بقشعريرة البهجة التي أحسست بها حين تلقيت خطاب القبول بجورج واشنطن: أشد إثارة شعرت بها في حياتي. هرعت إلى الهاتف لأتصل بمارلين. حاولت التظاهر بالحماس لكنها لم تشك يومًا أنني سأُقبل. تغيرت حياتي بعد ذلك فجأة؛ أصبح لدي وقت فراغ. تناولت رواية لدوستويفسكي واستأنفت القراءة مجددًا. حاولت الانضمام إلى فريق التنس بالكلية، وشاركت في مباراة ثنائية أمام فريق جامعي آخر، وانضممت إلى فريق الشطرنج بالجامعة، حيث أصبحت رقم اثنين في عدة مباريات بين الكليات.

أعتبر أول عام دراسي في كلية الطب أسوأ عام في حياتي، لا بسبب المتطلبات الدراسية فحسب، بل لأن مارلين سافرت إلى فرنسا لقضاء سنة دراسية. أغرقت نفسي في الدراسة وحفظت ما طُلب مني تعلمه وبذلت جهدًا أكبر مما بذلته في سنوات الإعداد. وبهجتي الوحيدة في كلية الطب كانت علاقتي بهيرب كوتز ولاري زاروف -صديقي العمر. كانا شريكيَّ في معمل التشريح حيث شرَّحنا جثتنا، التي أطلقنا عليها اسم أجاممنون.

وهروبًا من البعد عن مارلين أكثر من هذا، قررت مع اقتراب نهاية عامي الأول أن أنتقل إلى بوسطن وقبلتني كلية الطب بجامعة بوسطن كطالب منقول، وحين عادت مارلين من عامها في فرنسا عقدنا خطبتنا. في بوسطن، استأجرت غرفة في منزل ضيافة من أربعة أدوار بحي باك باي يطل على شارع مارلبورو. كانت أول سنة لي بعيدًا عن منزلي، وبدأت حياتي -الداخلية والخارجية- تتغير إلى الأفضل. عاش بعض طلبة الطب معي في المنزل نفسه وأصبحنا أصدقاء سريعًا. وأصبحنا نذهب معًا كل يوم إلى الكلية. وظل أحدهم -ويُدعى بوب برجر- صديقًا مقربًا مدى الحياة. سأخبركم المزيد عن بوب لاحقًا.



غرفة المؤلف في بوسطن خلال دراسة الطب - 1953 م.

إلا أن أهم ميزة في الانتقال إلى بوسطن لدراسة السنة الثانية من كلية الطب هو قضاء عطلات نهاية الأسبوع مع مارلين. طبقت كلية ويليسلي قواعد صارمة جدًا على خروج الطلبة من الحرم الجامعي دون إشراف، ولذا اضطرت مارلين كل أسبوع إلى اختلاق عذر يبدو منطقيًا للخروج والحصول على دعوة من صديقة منفتحة. قضينا جزءًا من العطلة في الدراسة، وأخذنا جولات بالسيارة على ساحل نيو إنجلاند، وزرنا متاحف بوسطن، وتناولنا العشاء في حديقة دورجين.

تغيرت حياتي الداخلية كذلك. لم أعد مهووسًا، بل حملت توترًا بسيطًا، وعدت للنوم بشكل طبيعي أخيرًا. علمت منذ أول عام لي في كلية الطب أنني سأتخصص في الطب النفسي، رغم أنني لم أتلقَ سوى

محاضرات قليلة فيه، وأنني لم أتحدث إلى طبيب نفسي من قبل. أعتقد أنني اخترت الطب النفسي قبل أن أدخل كلية الطب حتى: إنه يتماشى مع شغفي بالأدب ومع إيماني بأن الطب النفسي يقدم لي الطب والأدب معًا. وكانت أعمق لذة عندي أن أنسى نفسي في عالم إحدى الروايات، وأخبرت نفسي مرة بعد مرة أن أفضل شيء يستطيع الإنسان فعله في الحياة هو كتابة رواية جيدة. فلطالما تطلعت إلى القصص، ومنذ قرأت جزيرة الكنز وأنا مراهق صغير، انغمست في السرديات التي يقدمها الكتَّاب العظام. وحتى وأنا أكتب هذه الكلمات في عمر الخامسة والثمانين، لا يسعني انتظار العودة لرواية "The Radetzky March" لجوزيف روث في الليل. لقد قسمتها إلى حصص يومية وحاربت الرغبة في الانغماس فيها مرة واحدة. فحين أجد القصة -كما في هذه الرواية- أكثر من سردية حية، وأجدها استكشافًا للرغبة الإنسانية والخوف والبحث عن المعنى، أصبح متشوقًا ومفتونًا بما تحمله الدراما من معنى مزدوج: فهي لا تتعلق بوجود معين فحسب، بل تتعلق أيضًا بعملية موازية تجري في ثقافة بأكملها، أي: الإمبراطورية النمساوية المجرية قبل الحرب العالمية الأولى.

رغم حبي للأدب، لم أشك قطُّ في اختيار الطب، لأن العلوم سحرتني طوال الوقت، لا سيما علم الأحياء والأجنة والكيمياء الحيوية. كما وجدت رغبة قوية في تقديم المساعدة، وتمرير ما قدمه لي د. مانشستر في أوقات الأزمات.

الفصل الثاني عشر

الزواج بمارلين

في عام 1954 حين تزوجنا، كانت مارلين قد أصبحت عاشقة لفرنسا. فبعد قضاء عامها الجامعي الأول في فرنسا، ظلت تحلم بشهر عسل في أوروبا، أما أنا -الرجل المحلي الذي لم يخرج قطُّ من شمال شرق الولايات المتحدة- فلم أهتم قطُّ بالسفر إلى الخارج. لكنها حاذقة قالت: «ما رأيك في شهر عسل في فرنسا على دراجة بخارية؟» تعلم أنني أنبهر بالدراجات البخارية بمختلف أنواعها، وتعلم أيضًا أن استئجار مثل هذه المركبات غير متاح في الولايات المتحدة. قالت: «انظر إلى هذا» وناولتني إعلانًا عن تأجير الفيسبا في باريس.

وهكذا انطلقنا إلى باريس، حيث اخترت فيسبا كبيرة من محطة تأجير تقع على بُعد مجمع سكني واحد من قوس النصر. ورغم أنني لم ألمس واحدة من قبل -ناهيك بقيادتها- احتجت إلى طمأنة مدير الكشك المتوجس بأنني قائد خبير. ركبت الفيسبا وسألته بأقصى لا مبالاة ممكنة عن مكان زر التشغيل ودواسة البنزين. بدا شديد القلق وهو يريني زر التشغيل الصغير وأخبرني أن أدير المقبض للتحكم في تدفق الوقود. قلت: «عجبًا! الأمر مختلف في الولايات المتحدة»، ودون كلمة

واحدة انطلقت في جولة تدريبية في حين انتظرتني مارلين بحكمة في مقهى قريب. للأسف كنت في شارع ذي اتجاه واحد يصب مباشرة في شارع من 10 حاراتٍ يحيط بقوس النصر. كانت تلك الرحلة التي امتدت لتسعين دقيقة أكثر تجارب حياتي رعبًا: سارت السيارات وسيارات الأجرة من جانبي بسرعة على الناحيتين، بأبواق مدوية ونوافذ مفتوحة وصرخات حادة وقبضات ملوحة. لا أفهم الفرنسية على الإطلاق، لكن شعرت من النغمات المتنافرة في تلك العبارات التي وجهت نحوي أنها ليست عبارات ترحيب في فرنسا. ولعلي توقفت نحو 30 مرةً في طوافي البطولي حول قوس النصر، لكن بعد مرور ساعة ونصف عند عودتي للمقهى المجاور لكشك التأجير لاصطحاب زوجتي، كنت قد تعلمت قيادة الفيسبا.

قبل ذلك بثلاثة أسابيع بماريلاند في 27 يونيو 1954، تزوجنا، وأقمنا مأدبة الزفاف في نادي إنديان سبرينج الريفي الذي يملكه عم مارلين الثري ساموبل إيج. بعدها مباشرة، بدأت أجمع المال الكافي لعطلتنا الأوروبية. ومن المستحيل أن أطلب من والديَّ مالًا لأنهما ينفقان عليَّ ويدفعان مصاريفي الدراسية كافة. على مدى السنتين السابقتين، اعتدت أنا وقريبي جاي بيع الألعاب النارية في عيد الاستقلال على كشك بنيناه بأنفسنا (جاي هو الشخص الذي راهنني على 30 دولارًا أنني لن أتزوج مارلين). وكان العام السابق كارثيًا على تجارة الألعاب النارية بسبب شدة المطر في يومي الثالث والرابع من يوليو، وكنا قد اخترنا شراء كل الكمية المتبقية لدى الأكشاك الأخرى بسعر منخفض جدًّا وتخزينها للسنة التالية داخل برميل نفط معدني كبير. فقد اختبرنا طريقة التخزين تلك في العام السابق وعملت الألعاب النارية المخزنة

دون مشكلة. وفي بداية شهر يوليو 1954، نعمنا بمناخ ساطع، وحققنا ربحًا أكثر من كافٍ لرحلة شهر العسل مع زوجتي.



الزفاف - 1954م.



كشك الألعاب النارية، وأمامه جاي كابلن والمؤلف - واشنطن 1954م.

فورًا بعد استئجار الفيسبا، انطلقت أنا ومارلين وعلى ظهرنا حقائب صغيرة نحو الريف الفرنسي. وعلى مدى ثلاثة أسابيع، مررنا بوادي لوار، ونورماندي، وبرتاني لنستكشف القصور والكنائس، مفتونين باللون الأزرق المعجزة في نوافذ الزجاج الملون في مدينة شارتر. وفي مدينة تور، زرنا العائلة الجميلة التي استضافت مارلين أول شهرين في عامها الدراسي هناك. وكل يوم على الطريق، تناولنا وسط المراعي الجميلة غداءنا من الخبز الفرنسي البديع والنبيذ والجبن. أحبت مارلين لحم الخنزير كذلك؛ والداها أكثر علمانية ولم يلتزما بأي قواعد دينية تتعلق بالطعام، أما أنا ففرد في جيش اليهود اللاعقلانيين الذين ألقوا كل المعتقدات الدينية لكن التزموا بتحريم لحم الخنزير (باستثناء كعك لحم الخنزير في المطاعم الصينية). وبعد ثلاثة أسابيع عدنا إلى باريس، وركبنا القطار إلى نيس، ثم استأجرنا سيارة فيات توبولينو صغيرة للتنقل عبر إيطاليا لمدة شهر. وظلت ذكرى معينة شديدة الوضوح من رحلتنا عبر إيطاليا: إقامتنا أول ليلة في فندق صغير يطل على البحر المتوسط. فمع العشاء ذي السعر الثابت، وضع الفندق تحلية عبارة عن وعاء كبير من الفواكه المتنوعة على الطاولة. سعدنا بذلك، فقد تناقص ما لدينا من مال، فحملنا في جيوبنا من الفاكهة ما يمكن اعتباره غداءً في اليوم التالي. وعند تسديد الفاتورة في الصباح التالي، شعرنا بالغباء، حيث علمنا أن الفاكهة تُحصى بعناية وعلينا تسديد فاتورة كبيرة عن كل حبة التقطناها.

ورغم أنها رحلة خيالية، أتذكر كثيرًا شعوري بنفاد الصبر وسرعة الغضب، ربما بسبب الصدمة الثقافية، أو ربما من عدم القدرة على العيش دون واقع عصيب ودراسة. لقد أصابني كالطاعون شعور بعدم الراحة طوال شبابي. فمن الخارج بدوت مشرقًا: تزوجت المرأة التي

أحب، وقُبلت في كلية الطب، وأدائي جيد في كل شيء. أما في أعماقي: لم أهدأ، ولم أشعر بالثقة، ولم أعلم من أين ينبع قلقي. وراودني حدس غير واضح بأن جرحي عميق من طفولتي المبكرة، وشعرت أنني لا أنتمي إلى شيء، وأنني أقل من الآخرين. أتمنى لو أمكنني إعادة تلك الرحلة الآن بصفاء نفسي اليوم.

اليوم، بعد مُضي 60 عامًا، تظل ذكريات شهر العسل قادرة على رسم الابتسامة على وجهي. أما تفاصيل الزفاف، فخبت إلا مشهدًا واحدًا: قبيل انتهاء مأدبة الزفاف الكبيرة، مر بي سام إيج عم مارلين وكبير العائلة المعروف بالصرامة والهيبة، الذي بنى جزءًا كبيرًا من سيلفر سبرينج وماريلاند وأطلق أسماء أطفاله على الشوارع، وصديق حاكم الولاية الذي لم يتكرم من قبل بالتحدث إليَّ، ووضع ذراعه حولي وهمس في أذني وهو يشير بذراعه الأخرى نحو كل المجتمعين من الضيوف: «تهاني يا ولدي. لقد أخذت أفضل ما في المخزون».

لا تزال كلمات دعم العم سام حقيقية: نادرًا ما يمر يوم لا أشعر فيه بالامتنان لتمكني من قضاء حياتي مع مارلين.

الفصل الثالث عشر

أول مريض نفسي

تلقيت أول تدريب عملي على الطب النفسي في ربيع عام 1955، خلال عامي الثالث من كلية الطب، في قسم العيادات الخارجية بمستشفى بوسطن سيتي. وتوجَّب على كل طالب منا أن يجلس مع مريض واحد كل أسبوع على مدى 12 أسبوعًا، وكل طالب عليه أن يعرض حالة المريض في مؤتمر يحضره الطلبة المتدربون الآخرون إلى جانب 10 من هيئة التدريس وكثير منهم أطباء مقيمون تعلوهم الهيبة في جمعية الطب النفسي التحليلي ببوسطن. حضرت عروض لطلبة آخرين وتألمت من ردود الأساتذة القاسية وهم يتنافسون على إثبات خبرتهم وسعة اطلاعهم دون مقدار حبة من اللطف أو التعاطف.

أتى دوري بعدما قضيت مع مريضي نحو ثماني جلسات، وارتجفت وأنا أبدأ. قررت ألا أحذو حذوَ غيري من العارضين، الذين استخدموا شكلًا تقليديًا رسميًا لعرض الشكوى الرئيسة للمريض، وتاريخه المرضي، وتاريخه العائلي، وتعليمه، واختباره النفسي الرسمي. عوضًا عن هذا، لجأت إلى ما شعرت أنه أقرب إلى طبيعتي: حكيت قصة. وبألفاظ مباشرة، وصفت ثماني جلسات جمعتني بموريل: الشابة

النحيفة الجذابة ذات الشعر الأحمر المتوهج والطرف المنكسر والصوت المرتجف. وصفت لقاءنا الأول، الذي بدأته بقولي إنني طالب طب يبدأ للتوِّ تدريبه وإنني سألتقيها على مدى 12 أسبوعًا تالية. سألتها لماذا تسعى إلى تلقي العون من عيادتنا، وأجابت بصوت خفيض أنها تعاني بسبب حياتها الجنسية.

في تلك اللحظة، ترددت، وابتلعت ريقي وأجبت: «لا أعلم ما معنى هذا. هل تمانعين تعليمي؟».

وفعلت ذلك، فوصفت لي هذا الجانب من حياتها وكيف تسير بشكل عام. طرحت عليها أسئلة لمساعدتها على الكلام، وأخبرتها أنني معجب بشجاعتها في التحدث بانفتاح. قلت إنني سأفعل كل ما في مقدوري لإفادتها خلال الأشهر الثلاثة التالية.

في بداية الجلسة التالية مع موريل اعترفت بإحراجي من الاعتراف بجهلي في الجلسة السابقة. وأخبرتني أن حوارنا كان الأول من نوعه بالنسبة إليها: كنت أول رجل تكشف له قصتها الحقيقية، وأن صدقي بالتحديد هو ما أتاح لها الاستمرار في البوح بانفتاح.

أخبرت الطاقم أنني أصبحت قريبًا من موريل، وأنني تطلعت إلى لقائنا، وأننا تحدثنا عن مشكلاتها العاطفية بالطريقة نفسها التي أناقش بها أي علاقة بشرية أخرى، وأنها الآن تنظر إلى عيني كثيرًا، وأنها تعود للحياة مجددًا، وأنها قالت إنها تأسف لتبقي أربع جلسات بيننا فحسب. وفي نهاية كلمتي، جلست، وأطرقت، وجهزت نفسي للهجوم.

لكن لم يحدث شيء. لم يتحدث أحد. وبعد صمت طويل، اتفق د. مالمود -رئيس القسم- ود. باندلر -المحلل البارز- على أن عرضي واضح وليس لديهم تعليقات إضافية. بعدهما، دارت الكلمة حول الطاولة وكرر كل أستاذ تعليقات مشابهة. شعرت بالذهول يسيطر على

المجتمعين: كل ما فعلته هو حكاية قصة بدت طبيعية وسهلة عليَّ. شعرت طوال دراستي الجامعية أنني خفي، وفي تلك اللحظة تحديدًا تغير كلٌّ شيء. خرجت وأنا أظن أنني ربما أملك شيئًا فريدًا أسهم به في هذا المجال.

حياتي الزوجية كانت في آنٍ رائعة وملآنة بالتوتر خلال آخر عامين دراسيين في كلية الطب. فقد عز المال، وأغلب مصاريفي تحملها والداي. كسبت مارلين بعض المال من عملها بدوام جزئي في عيادة طبيب أسنان في أثناء دراسة ماجستير الفنون في تخصص التدريس بجامعة هارڤرد، فيما ظللت أنا أكسب المال من بيع الدم إلى المستشفى. تقدمت لأصبح متبرعًا بالسائل المنوي، لكن طبيب المسالك أخبرني أن عدد الحيوانات المنوية لدي منخفض جدًّا ونصحني بألا أؤجل محاولات الإنجاب.

وكم كان مخطئًا؛ حبلت مارلين فورًا خلال شهر عسلنا. واسم ابنتنا إيڤ الأوسط هو فرانسيس للتعبير عن «صنعت في فرنسا»، وبعدها بعام ونصف خلال سنتي الرابعة في كلية الطب، حبلت مارلين مجددًا.

وتطلب تدريبي العملي السريري في آخر سنتين في كلية الطب ساعات عمل طويلة، إلا أن التوتر هدأ بشكل ما، ولعله تبدَّل بالإرهاق الشديد والإثارة النابعة من الشعور بأنني أصبحت مفيدًا لمرضاي. ازداد التزامي نحو الطب النفسي، إذ شرعت في القراءة المتعمقة في هذا المجال. وتظل بعض المشاهد المعينة من تدريبي ثابتة في ذهني: غرفة ملآنة بالتماثيل البشرية في مستشفى بوسطن ستيت: جناح كامل للمصابين بالتخشب يقضون حياتهم في جمود تام. كان المرضى صامتين ويقضون ساعات ثابتين على هيئة واحدة، بعضهم على السرير وبعضهم عند النافذة، وبعضهم يجلسون، وأحيانًا يتمتمون

وإن كان المعتاد هو السكوت. كل ما أمكن للطاقم فعله هو إطعامهم، وإبقاؤهم على قيد الحياة، والتحدث إليهم بلطف.

تكررت هذه المشاهد في كل مستشفى كبير في منتصف الخمسينيَّات، قبل ظهور أول مهدئ -الثورازين- وبعده بفترة وجيزة الستيلازين، وتلاهما تدفق مستمر من المهدئات الرئيسة الجديدة الأكثر فاعلية.

هناك مشهد آخر من مستشفى بوسطن ستيت عالق في ذهني: في أحد أيام التدريب استطعت مراقبة د. ماكس داي -الطبيب النفسي في جامعة هارڤرد- وهو يقود مجموعة من نحو 12 مقيمًا في قسم الطب النفسي طُلب منهم دراسة مجموعتهم. وبصفتي طالبَ طبٍّ، سُمح لي بحضور جلسة واحدة دون المشاركة ولو بكلمة. ورغم مرور أكثر من نصف قرن، لا أزال أرى تلك الغرفة بعيني عقلي. جلس المقيمون ود. داي في دائرة وسط غرفة ضخمة. وجلست أنا خارجها في زاوية. أتذكر انبهاري بفكرة أن مجموعة من الناس يناقشون مشاعرهم تجاه بعضهم بعضًا. يا له من مفهوم استثنائي، لكنه لم يتمخض عن شيء؛ حلَّ صمتٌ طويلٌ، وبدا كلُّ واحد غير مرتاح، فيما جلس د. داي دون فعل أي شيء. لماذا؟ لم أفهم. لماذا لم يكسر الجليد أو يساعد الأعضاء بطريقة ما على البوح؟ لاحقًا، حضرت أحد مؤتمرات د. داي وشعرت بانبهار شديد من فطنته وفصاحته. لكن هذا زادني حيرة. لماذا لم يساعد المجموعة المتعثرة؟ ولم أدرِ أنني سأصارع السؤال نفسه لسنوات طويلة من حياتي المهنية.

الفصل الرابع عشر

فترة التدريب: د. بلاكوود الغامض

بعد التخرج، خضنا -نحن الطلبة السابقين بعد أن أصبحنا أطباءً- فترة تدريب تمتد لسنة واحدة، حيث تلقينا خبرة عملية في تشخيص المرضى والعناية بهم في المستشفى. في الشهر الأول من تدريبي في مستشفى ماونت سايناي بنيويورك، عُينت في قسم التوليد وصُدمت من تكرر النداء على طبيب معين -يُدعى د. بلاكوود- عبر مكبرات الصوت في المستشفى. وخلال المعاونة في عملية توليد، سألت رئيس الأطباء المقيمين: «من هو د. بلاكوود؟ أسمع اسمه طوال الوقت ولم أَره قطُّ».

ابتسم د. جولد وضحك أعضاء الطاقم القريبون ضحكًا مكتومًا: «سأعرفك به لاحقًا. بعد أن ننتهي هنا». لاحقًا في تلك الأمسية، اصطحبني د. جولد إلى غرفة الأطباء تحت الطلب، حيث أُقيمت لعبة بوكر محتدمة. لم أستطع تصديق عيني: انتابني شعور طفل في متجر حلوى.

سألت: «وأي واحد هو د. بلاكوود؟ ولماذا يُنادى دائمًا؟».

صدرت قهقهه أخرى من الجميع. يبدو أنني أسلِّي كل طاقم التوليد. أخيرًا دلني رئيس المقيمين.

سألني: «هل تلعب البريدج؟».

أومأت أن نعم.

- هل تعرف قاعدة بلاكوود في مراهنة بريدج؟

أومأت مجددًا.

- حسنًا، هاك بغيتك. هذا هو د. بلاكوود. إنه مجرد رمز للبوكر في ماونت سايناي: وقتما ينقص اللعبة لاعب، ينادون د. بلاكوود.

اقتصر اللاعبون تقريبًا على أطباء التوليد من القطاع الخاص الذين لهم مرضى في غرف الولادة. أما طاقم المستشفى والمتدربون فقد سُمح لهم باللعب في حالة الحاجة الماسة للاعب فحسب. بعدها، وطوال العام، حالما أنتهي من نوباتي وأُصبح تحت الطلب ويتوجب عليَّ قضاء الليلة في المستشفى، أسجل اسمي في نداء «د. بلاكوود»، ووقتما أجد وقتَ فراغ أهرع إلى قسم التوليد. كانت الرهانات مرتفعة ولم يتلقَ المتدربون سوى 25 دولارًا في الشهر (إلى جانب العشاء بأي كمية تأكلها، واعتدنا إعداد شطائر لغداء اليوم التالي منه. أما الفطور فتولينا أمره عن طريق طلب وجبات إفطار كبيرة جدًّا لمرضانا).

خسرت أجري كله في ألعاب البوكر على مدى ثلاثة أو أربعة شهور بعدها، إلى أن فهمت اللعبة. بعدها، أخذت مارلين إلى بضع مسرحيات في برودواي هدية من د. بلاكوود.

تنقلت بين عدة أقسام خلال عامي في ماونت سايناي: الطب الباطني، والتوليد، والجراحة، وجراحة العظام، والطوارئ، والمسالك البولية، وطب الأطفال. تعلمت كيفية توليد الأطفال، وكيفية ربط الكاحلين الملتويين، وكيفية علاج قصور القلب الاحتقاني، وكيفية سحب الدم من الشريان الفخذي للرضيع، وكيفية تشخيص الحالات العصبية من خلال ملاحظة مشية المريض. وخلال فترة قسم الجراحة، لم يُسمح لي إلا بحمل

الكمَّاشات للجراح. وفي موقفين منفصلين حين سُمح لي بخياطة الجلد في نهاية العمليات، ضربني الجراح ثاقب النظر بشدة على معصمي بآلة جراحية ما ونهرني لمحاولة عقد «عقدة البقالة». وأردت أن أجيبه: «بالطبع أحاول استخدام عقدة البقالة، لقد نشأت في بقالة!» لكن لم أجرؤ؛ كان الجرَّاحون الكبار شخصيات صعبة ومخيفة جدًّا.

وبالمصادفة البحتة، قُبل ثلاثة من أصدقائي المقربين من كلية الطب بجامعة جورج واشنطن أيضًا في البرنامج التدريبي في مستشفى ماونت سايناي، وأقمنا نحن الأربعة في غرفتين متجاورتين، وظللنا تحت الطلب نبيت في المستشفى نصف ليالي العام.

وفي أثناء مناوبتي في قسم التوليد في نهاية الشهر الأول من فترة التدريب، جاء مارلين المخاض، وولَّد د. جوتماخر -رئيس القسم- طفلنا الثاني ريد صموئيل يالوم بعملية قيصرية. كان دوري للمساعدة في غرفة التوليد في ذلك اليوم، لكن د. جوتماخر نصحني بالاقتصار على المراقبة فقط. وبينما كنت أقف على بُعد أقدام قليلة من مارلين، شعرت بسعادة غامرة وإثارة عند رؤية ريد وهو يتنفس أنفاسه الأولى.

كانت المواصلات العامة من شقتنا إلى ماونت سايناي رديئة جدًّا، وسيارات الأجرة مكلفة جدًّا. وفي أول شهرين، ذهبت إلى المستشفى بسيارتي، لكن بعد جمع عدد من مخالفات الوقوف، خطرت ببالي فكرة سكوتر. وبالمصادفة، عرفت أن أستاذ الفنون في جامعة ييل اشترى مركبة لامبريتا جميلة، لكن نصحه طبيبه أن يبيعها بسبب إصابته بقرحة المعدة الشديدة. اتصلت به، وأخذت القطار في يوم أحد إلى نيو هاڤين، ووقعت في حب اللامبريتا، وعدت لنيويورك في اليوم نفسه عليها. من بعدها، حُلَّت مشكلة الموقف: ذهبت إلى العمل كل يوم باللامبريتا، وأخذتها معي في المصعد، وأوقفتها في غرفتي. وكم مرة

قدتها أنا ومارلين إلى برودواي، وأوقفناها بسهولة، وتوجهنا لحضور المسرح.

لم يوفر لي تدريبي أي مناوبات نفسية، لكنني تسكعت في قسم الطب النفسي وحضرت عروضًا سريرية وبحثية. ومن المشروعات التي جذبت اهتمامي بشدة مشروع تضمن دراسة مركب جديد -يُدعى ثنائي إيثيلاميد حمض الليسرجيك (إل إس دي)- مشهور بتأثيره المخدر. إذ عمل اثنان من الباحثين الشباب في القسم على اختبار تأثير الإل إس دي على الوعي اللاشعوري (أي الوعي الذي يحدث دون انتباه)، وطلبا متطوعين لتجربة قصيرة. تطوعت. وكان الإل إس دي اختراعًا حديثًا لدرجة أن الطريقة الوحيدة المعروفة لاختبار آثاره حينئذ هي طريقة سمكة المقاتل السيامي المجنونة. فتلك السمكة حين تتأهب لمعركة، تتخذ دائمًا تشكيلًا قتاليًا دقيقًا، ومجرد قطرات قليلة من الإل إس دي في حوضها تغير سلوكها بشدة. والعدد المطلوب للإخلال بالتشكيل القتالي للسمكة أصبح مقياسَ قوة المادة.

قدُم إلى المتطوعين الأربعة عصير برتقال مخلوط بالإل إس دي، وبعد ساعة جلسنا أمام شاشة كبيرة عرض عليها منظار يعرض صورًا سريعة لدرجة نعجز معها عن رؤيتها بوعي. في الصباح التالي، طُلب منا تذكر كل الصور التي حلمنا بها خلال الليل ورسمها. رسمت نوعين من الصور: عدة وجوه تتميز بأنوف طويلة جدًا، ورجل فقد رجليه. في اليوم التالي، عرض الباحثون الصور نفسها بسرعة طبيعية لنراها. أحدها كان إعلانًا شهيرًا لحلوى لايف سيفر يُظهر بهلوانًا يمشي على حبل مشدود مع موازنة علبة الحلوى على أنفه، والثانية صورة لحارس قصر باكنغهام يرتدي معطفًا قرمزيًا وبنطالًا أسودَ يتماهى مع الخلفية

السوداء من منزل الحرّاس. أذهلتني النتائج. تعلمت دون وسيط ما الوعي اللاشعوري: رأيت صورًا دون أن أدرك أني رأيتها.

عند نهاية التدريب، تبقت بعض عبوات الإل إس دي الزائدة، وأهداني الباحثون إياها لإجراء تجارب شخصية. جربتها، وجربتها مارلين مرة واحدة، وبعض الأطباء المقيمين جربوها، وأبهرتني التغيرات الحسية خلال رحلات الإل إس دي: اختلف الصوت والصورة اختلافًا كبيرًا. قضيت ساعة أشاهد تغير ألوان ورق الحائط وسمعت الموسيقى بأذن جديدة تمامًا. وراودني شعور غريب بالاقتراب من الحقيقة أو الطبيعة أكثر، وكأني أجرب بيانات حسية صافية ومباشرة دون حشو أو حجاب بيني وبين ما يحط بي. شعرت بقوة أن آثار العقار كبيرة وأنه ليس وسيلة ترفيه. وفي مرتين، شعرت بالرعب من إدراك أنني عاجز عن إيقاف آثاره إذا رغبت في ذلك، وشعرت بالقلق من أنها قد تكون مستديمة. حين تناولت آخر عينة في ليلة من ليالي شهر نوفمبر، خرجت في نزهة طويلة مشيًا وشعرت بالتهديد من فروع أشجار نوفمبر العارية، التي ذكرتني بالأشجار الشريرة في فيلم ديزني: بياض الثلج. لم أتناول العقار بعدها قطُّ، لكن في السنوات التالية، ظهرت عدة منشورات تشير إلى أن آثار الإل إس دي تحاكي أعراض الفُصام. وبعد أن أصبحت أعالج مرضى الفُصام خلال بداية فترة الإقامة، كتبت مقالًا عن الفروق الكبيرة بين تجربة الإل إس دي والتجربة الفصامية. وهذا المقال الذي نُشر في دورية ماريلاند ستيت الطبية هو أول مقال يُنشر لي.

تغيرت بشدة بعد سنة التدريب. فبنهاية الشهر الثاني عشر، اكتسبت شخصية الطبيب ودرجة من درجات الراحة عند التعامل مع الأغلبية العظمى من الحالات الطبية. رغم ذلك كانت سنة قاسية بسبب طول ساعات العمل، وقلة النوم، وكثرة المناوبات الليلية.

وبغض النظر عن شدة وطأة سنة التدريب 1956-1957، فقد مرت أشد وطأة على مارلين. فرغم ندرة النساء اللاتي يسعين إلى نيل درجة الدكتوراه، افترضنا أنا وهي دائمًا أنها ستصبح أستاذة جامعية. لم أعرف امرأة متزوجة غيرها لديها تلك الخطة، فإنني شعرت دائمًا أن لها عقلًا استثنائيًّا، وقرارها الحصول على الدكتوراه بدا لي طبيعيًّا. وفي أثناء إنهاء آخر عامين من كلية الطب في بوسطن، كانت قد حصلت على ماجستير الفنون في التدريس من جامعة هارڤرد، مع تخصص في اللغة الفرنسية والألمانية. وما إن قبُلت في التدريب بمستشفى ماونت سايناي بنيويورك، تقدمت للالتحاق بدراسة الدكتوراه في جامعة كولومبيا بقسم اللغة الفرنسية.

وتظل مقابلة مارلين مع نورمان توري -رئيس قسم اللغة الفرنسية بجامعة كولومبيا المشهور بالهيبة- جزءًا من حكاياتنا العائلية. نظر الأستاذ توري إلى بطنها الحامل في الشهر الثامن بتعجب؛ لم يرَ من قبل متقدمة حبلى على الأرجح. ثم دُهش أكثر حين علم أن لها طفلًا يبلغ عامًا واحدًا كذلك. أشار الأستاذ بصوت آسف إلى أن المنحة المالية تشترط على الطالب تدريس مادتين ودراسة أربع مواد، ملمحًا إلى انتهاء المقابلة. لكن مارلين أجابت فورًا: «يمكنني تلبية ذلك».

بعد مرور أسبوعين، وصل خطاب قبولها: «أيتها الأم الخارقة، لدينا مكان لك». بحثت مارلين عن مربية وانغمست في أصعب عام في حياتها. نعمت برفقة زملائي المتدربين التي عوضتني قليلًا، أما مارلين فكانت وحدها تمامًا. فاعتنت بطفلين بمساعدة خادمة وغياب يكاد يكون كاملًا من زوجها بسبب مبيته ليلة من كل ليلتين في المستشفى وعطلة نهاية أسبوع من كل عطلتين. ولهذا اعتبرت مارلين تلك السنة أصعب سنة في حياتها.

الفصل الخامس عشر

سنوات جونز هوبكنز

على اللامبريتا وخلفي مارلين تلف ذراعيها حولي. أشعر بالرياح على وجهي وأنا أشاهد مؤشر السرعة: 65... 68... 71. أقترب من سرعة 80 ميلًا في الساعة. يمكنني الوصول إليها. ثمانية صفر. أعلم أن بمقدوري فعلها. لا شيء يهم غير هذا. ارتعش المقود قليلًا، ثم تزايدت الرعشة أكثر وأكثر، وبدأت أفقد السيطرة. صاحت مارلين وهي تلكم ظهري: «توقف، توقف يا إرڤ، أبطئ؛ أنا خائفة. أرجوك توقف! أرجوك توقف!».

أفقت من النوم. قلبي يخفق بسرعة.

جلست على السرير وقست نبضي: أكثر من 100. يا لذلك الحلم اللعين. أعرفه جيدًا؛ لقد رأيته كثيرًا. وأعرف بالضبط ما أثاره الآن. في الليلة الماضية وأنا في السرير، كنت أقرأ فقرة من مذكرات أوليفر ساكس باسم «On The Move»، حيث يصف عضويته في «ton club»

وهو مجموعة من الدرَّاجين الشباب الذي يقودون دراجاتهم النارية على سرعة تتجاوز 100 ميل في الساعة.

الحلم ليس مجرد حلم: إنه ذكرى لحدث حقيقي أعدته في ذهني مرات لا حصر لها، في اليقظة والمنام. أعلم أنه حلم وأكره ذلك. فالحدث الحقيقي وقع بعد نهاية فترة التدريب، حين أخذت عطلة لمدة أسبوع قبل بدء فترة الإقامة التي تمتد لثلاث سنوات في قسم الطب النفسي بمستشفى جونز هوبكنز بمدينة بالتيمور. وافقت والدة مارلين على الاعتناء بطفلينا أغلب الأسبوع، وطرنا نحن على اللامبريتا نحو الساحل الشرقي لماريلاند، وفي هذه الرحلة تحديدًا، وقع الحدث الذي صوَّره الحلم بدقة. لم أفكر في الأمر مليًّا حين وقع، ولعلي كنت مستمتعًا بهلع مارلين. كان الطريق فارغًا وأردت أن أقود على أقصى سرعة. ابتهجت بالسرعة كمراهق وشعرت بأني منيع. ولم أدرك إلا بعد فترة طويلة مدى غفلتي وغبائي. كيف أمكنني أن أُقحم زوجتي في هذه الحركة البهلوانية ولها طفلان ينتظرانها في المنزل؟ أردت الوصول إلى سرعة 80 ميلًا/ ساعة وأنا لا أرتدي وسائل حماية ورأسي عارٍ؛ في تلك الأيام لا وجود للخوذات. أكره التفكير في الأمر وحتى الآن أكره الكتابة عنه. ومؤخرًا أصابتني رعدة حين وصفت ابنتي إيف -وهي طبيبة- زيارتها لجناح مملوء بالشباب المصابين بالشلل، وأن جميعهم مصابون بكسر في الرقبة بسبب حوادث على الدراجات النارية أو ألواح التزلج. لا بد أنهم أيضًا شعروا ذات يوم أنهم منيعون.

لم نصطدم. في النهاية، عدت إلى رشدي وأبطأت السرعة، وسرنا بقية الرحلة بطريقة آمنة عبر التجمعات السكنية الصغيرة الساحرة على الساحل الشرقي لماريلاند. في طريقنا نحو المنزل، حين أخذت نفسي في رحلة في أثناء غفوة أخذتها مارلين بعد الغداء، سرت على

بقعة زيت وسقطت سقطة صعبة فكشطت جلد ركبتي بشدة. وقفنا عند غرفة طوارئ. ونظَّف الطبيب الجرح وحقنني بالتيتانوس المضاد للسموم، وعدنا إلى بالتيمور دون أي حوادث مؤسفة أخرى. بعد يومين وأنا أتأهب لأول يوم لي في الإقامة، انتشر على جلدي طفح ما لبث أن تحوَّل إلى شرية كبيرة. لقد أصبت بالحساسية من مصل الحصان الموجود في حقنة التيتانوس، ولبثت في مستشفى هوبكنز خوفًا من أن أعاني مشكلات في التنفس تتطلب بضع القصبة الهوائية. عولجت بالستيرويدات، التي قدمت أثرًا فوريًّا، لكن حين شعرت بأنني بخير في اليوم التالي، قطعوها عني وأخرجوني من المستشفى. بدأت إقامتي في الصباح التالي. في تلك الأيام الأولى من استخدام الستروِيد، لم يقدر الطبيب أهمية الإيقاف التدريجي للستيرويدات، فأصابتني أعراض انسحاب عنيفة تتمثل في الاكتئاب والتوتر والأرق، واضطررت على مدى اليومين التاليين إلى أخذ كميات من الثورازين والباربيتورات لأنام. ولحسن الحظ، كانت هذه معرفتي الشخصية الوحيدة بالاكتئاب.

في اليوم الثالث بهوبكنز، دُعي مَن في عامهم الأول من الإقامة للمقابلة المبدئية مع الرجل المهيب جون وايتهورن، رئيس قسم الطب النفسي الذي أصبح لاحقًا شخصية رئيسة في حياتي. كان جون وايتهورن رجلًا صارمًا ومحترمًا لا يبتسم إلا نادرًا، وكان له رأس أصلع على حوافه شعر رمادي قصير. ارتدى د. وايتهورن نظارات بإطار معدني، وخاف منه كل من لقيه تقريبًا. ولاحقًا، علمت أنه حتى رؤساء الأقسام الأخرى كانوا يعاملونه باحترام ولم ينادوه قطُّ باسمه الأول. بذلت قصارى جهدي للانتباه إلى كلماته، لكن بسبب قلة النوم والمنومات التي تملأ جسدي لدرجة أنني أكاد لا أستطيع التحرك في الصباح شعرت بإرهاق شديد، وخلال ترحيب د. وايتهورن بنا غططت في النوم وأنا جالس في كرسيي

(بعد مرور عدة عقود، التقيت سول سبيرو -الزميل المقيم- وتذاكرنا وقتنا معًا في هوبكنز، وأخبرني أنه يُكن لي احترامًا كبيرًا لأنني أملك من الوقاحة ما دعاني إلى النوم في لقائنا الأول مع رئيسنا في العمل!).

وبعيدًا عن التوتر البسيط والاكتئاب الخفيف، تعافيت تمامًا من الحساسية خلال أسبوعين تقريبًا، لكن التجربة أثارت أعصابي لدرجة أنني قررت طلب العلاج النفسي. فطلبت من رئيس المقيمين ستانلي جريبن النصيحة. في تلك الحقبة، كان من الشائع -بل واللائق- بين المقيمين في قسم الطب النفسي الخضوع للتحليل الشخصي، ورشح لي د. جريبن مقابلة محللته أوليف سميث، وهي محللة متقدمة في السن ذات خبرة في معهد واشنطن-بالتيمور للتحليل النفسي ولها سند ملكي: فقد خضعت للتحليل على يد فريدا فروم رايشمان، التي خضعت للتحليل على يد سيجموند فرويد. حملت لرئيس المقيمين الكثير من الاحترام، لكن قبل أن أتخذ مثل هذا القرار الضخم، قررت طلب رأي د. وايتهورن في أعراضي بعد معاناتي أعراض الانسحاب وفي الخضوع للتحليل النفسي. كان جليًّا أنه استمع باهتمام ضئيل، وحينما ذكرت الخضوع للتحليل، هز رأسه ببطء وعلَّق ببساطة: «أعتقد أنك ستجد القليل من الفينوباربيتال أكثر فائدة». تذكر أننا كنا في أيام ما قبل الڤاليوم[1]، رغم أن دواءً مهدئًا يسمى إيكوانيل (ميبروبامات)[2] كان على وشك الظهور.

لاحقًا، علمت أن الأساتذة الآخرين استمتعوا للغاية حين اكتشفوا أنني أحمل الجرأة (أو الغباء) الكافية لأطرح مثل هذا السؤال على د. وايتهورن المعروف بريبته الشديدة في التحليل النفسي. واختار أن يؤمن بموقف

(1) دواء شهير يُستخدم كمهدئ لعلاج القلق - المترجم.

(2) دواء يُستخدم لعلاج القلق، والنوبات المرضية، وللتخدير - المترجم.

انتقائي مركّب على طريقة عالم النفس الحيوي أدلوف ماير، الذي كان رئيسًا لقسم علم النفس بجونز هوبكنز لفترة طويلة، وكان طبيبًا يؤمن بالتجربة ويركز على التركيبة النفسية الاجتماعية البيولوجية للمريض. ومنذ ذلك الحين لم أتحدث عن تجربتي مع التحليل النفسي إلى د. وايتهورن، ولم يسأل هو قطُّ.

يمكن وصف قسم الطب النفسي بهوبكنز بأنه مصاب بانفصام الشخصية. إذ طغت وجهة نظر د. وايتهورن في الطوابق الأربعة لمستشفى الطب النفسي وقسم العيادات الخارجية، فيما سيطر فصيل متشدد من المؤمنين بالتحليل النفسي على خدمات المشورة، لا سيما مؤتمرات عرض الحالات التي قادها لويس هيل وأوتو ويل، وكلاهما من المحللين البارعين والحكّائين المتميزين. وقد استمعت بشغف لعروض الحالات السريرية التي قدماها. وبدت جلية فيهما الحكمة والمرونة والانخراط الكامل مع المرضى. وكم دهشت بطريقتهما في وصف التفاعل مع المريض: اهتمام فائق وعناية شديدة وسخاء بالغ. كانا من بين أول من اتخذت قدوة في ممارسة (وحكاية) العلاج النفسي.

لكن أغلب المحللين عملوا بطريقة مختلفة تمامًا. فأوليف سميث التي ظللت ألتقيها في ذلك الحين أربع مرات في الأسبوع من أجل تحليلي، عملت بطريقة فرويدية متزمتة: كانت صفحة بيضاء، لا تبوح بشيء عن نفسها لا بالكلمات ولا بالتعبيرات. استغرقت باللامبريتا من المستشفى إلى مكتبها في وسط مدينة بالتيمور نحو 10 دقائق فقط كل يوم في تمام الساعة 11 صباحًا. وكثيرًا ما ضاق الوقت لأنني لم أملك منع نفسي من إلقاء نظرة سريعة على بريدي قبل أن أغادر مباشرة، مما أدى إلى وصولي متأخرًا دقيقة أو دقيقتين، وهو ما يُعدُّ دليلًا على مقاومة لتحليل ناقشناه كثيرًا دون جدوى.



في طريقي إلى التحليل النفسي - بالتيمور 1985.

شاركت أوليڤ سميث مكتبها مع أربعة محللين آخرين في الجناح نفسه، وجميعهم ممن خضع لتحليلها. في ذلك الوقت، اعتبرتها كبيرة في السن. كانت عزباء لا يقل عمرها عن السبعين، وانتشر الشيب برأسها، وانحنى ظهرها إلى حدٍّ ما. رأيتها مرة أو مرتين في المستشفى وهي في طريقها إلى مشورة أو جلسة تحليل، وهناك بدت أصغر وأخف. كنت أستلقي على الأريكة، وتجلس هي على كرسيها عند طرف الأريكة بالقرب من رأسي، ولأراها يجب أن أمد رقبتي وأنظر إلى الخلف، أحيانًا لأتأكد أنها لا تزال مستيقظة! طلبت مني ممارسة التداعي الحر، واقتصرت ردودها تمامًا على التفسيرات التي لم تكن مفيدة إلا نادرًا.

ووجدت زلاتها القليلة عن الحياد أهم جزء في علاجي. بالتأكيد استفاد الكثيرون بطريقتها، بما في ذلك مَن يملؤون جناح مكاتبها

سعيًا للتحليل النفسي على يديها وأيضًا رئيسي في العمل. لم أفهم قطُّ لماذا استفادوا هم ولم أستفد أنا. وبالنظر إلى الخلف، أعتقد أنها لم تناسب حالتي، وإنما احتجت إلى شخص أكثر تفاعلًا. وفي كثير من الأحيان تخطر ببالي فكرة قاسية: أن أهم ما تعلمته من تحليلي هو ما لا ينبغي أن أفعله خلال عملي في العلاج النفسي.

بلغ ثمن جلستها 25 دولارًا، أي: 100 دولارٍ في الأسبوع، و5 آلافٍ في السنة. أي: ضعف راتبي السنوي كطبيب مقيم. سددت قيمة جلساتها عن طريق إجراء اختبارات بدنية مقابل 10 دولارات في المرة لصالح شركة سن لايف الكندية للتأمين كل يوم سبت وأنا بملابس المستشفى على اللامبريتا، سالكًا شوارع بالتيمور الخلفية.

حالما قررت قضاء فترة الإقامة في جونز هوبكنز، تقدمت مارلين فورًا إلى برنامج الدكتوراه في الأدب المقارن بجامعة جونز هوبكنز، قُبلت، وعملت تحت إشراف رينيه جيرارد، أحد أبرز الأكاديميين الفرنسيين في وقته. اختارت كتابة أطروحة الدكتوراه عن أسطورة المحاكمة في أعمال فرانز كافكا وألبير كامو، وبتشجيع منها بدأت أقرأ أعمال كافكا وكامو كذلك قبل أن أنتقل إلى جون بول سارتر وموريس ميرلو بونتي وغيرهم من كتاب المدرسة الوجودية. ولأول مرة، التقى عملي مع عمل مارلين. وقعت في حب كافكا، صاحب رواية «التحول» التي بهرتني كما لم يبهرني نص أدبي قبلها. كما هزتني روايتا «الغريب» لكامو و«الغثيان» لسارتر. فباستخدام الرواية، وصل هؤلاء الكتَّاب إلى أعماق الوجود بطريقة لم يبد أن الكتابة النفسية قد حققتها قطُّ.

ازدهرت عائلتنا خلال سنوات هوبكنز الثلاث. فانضمت ابنتنا الكبرى إيڤ إلى روضة الأطفال الواقعة في باحة المجمع الذي أقمنا فيه مع غيرنا من طاقم العاملين. أما ريد -الطفل الحيوي اللعوب- فلم يجد

مشكلة في التكيف مع تولي الخادمة رعايته في أثناء عمل مارلين على إتمام دراستها للدكتوراه في حرم جامعة هوبكنز على بعد 15 دقيقة منه. وخلال عامنا الأخير في بالتيمور، وُلد ابننا الثالث ڤيكتور في مستشفى جونز هوبكنز، التي تقع على بعد مجمع سكني واحد من منزلنا. وتمتعنا بحظ عظيم أن أطفالنا أصحاء ومحبوبون، وتطلعت إلى رؤيتهم واللعب معهم كل مساء وخلال عطلة نهاية الأسبوع. لم أشعر قطُّ أن حياتي الأسرية عائق أمام حياتي المهنية، لكنني على يقين أن شعور مارلين اختلف.

أحببت مرحلة الإقامة التي امتدت لثلاث سنوات. ومنذ البداية، وقعت المسؤولية السريرية لإدارة أجنحة المرضى المقيمين في المستشفى على عاتق الأطباء المقيمين، إضافة إلى لقاء قائمة من مرضى العيادات الخارجية. واتسمت البيئة داخل هوبكنز وطاقم العاملين بها بطابع جنوبي مهذب، يبدو أنه أصبح من الماضي. في عام 1912، افتُتح مبنى الطب النفسي -المسمى عيادة فيبس- بطاقة ستة أجنحة للمرضى المقيمين وقسم لمرضى العيادات الخارجية، تحت إشراف أدولف ماير، الذي خلفه جون وايت هورن في عام 1940.

كان المبنى المكون من أربعة طوابق من الطوب الأحمر قويًّا ومهيبًا؛ وكان عامل المصعد، الذي عمل هناك منذ أربعة عقود مهذبًا وودودًا. وحين يدخل طبيب إلى مركز الممرضات، اعتاد طاقم التمريض -صغارًا وكبارًا- الوقوف على أقدامهم. آه، يا لها من أيام!

ورغم أن المئات من المرضى أفلتوا من ذاكرتي، أتذكر الكثير من مرضاي الأوائل في هوبكنز بوضوح غريب. فهناك سارة بي، زوجة أحد أقطاب النفط في تكساس التي دخلت المستشفى لعدة أشهر بسبب الفصام التخشبي. كانت خرساء وكثيرًا ما تجمدت في هيئة واحدة

لساعات طويلة. وعملت معها بحدسي وحده، فلم يفدني المشرفون إلا قليلًا لأن أحدًا لم يعرف طريقة لعلاج مثل هؤلاء المرضى وساد اعتقاد أنهم منفصلون عن العالم تمامًا.

اهتممت بلقائها كل يوم لمدة لا تقل عن 15 دقيقة في مكتبي الصغير الواقع في رواق طويل خارج الجناح مباشرة. وظلت خرساء تمامًا لشهور، وبما أنها لم تجب بكلمة أو إشارة واحدة على أي من أسئلتي، تحدثت وحدي.

أخبرتها عن مجريات يومي، وعناوين الصحف الرئيسة، وأفكاري حول اللقاءات الجماعية في الجناح، والمشكلات التي أحاول حلها في تحليلي النفسي، والكتب التي أقرؤها. أحيانًا لاحظت تحرك شفتيها دون نطق كلمة، وإن لم تتغير تعبيرات وجهها قطُّ، وظلت عيناها الكبيرتان الواسعتان مثبتتين على وجهي. وذات يوم، وفيما كنت أثرثر عن الجو، وقفت فجأة، ومشت نحوي، وقبلت شفتي بقوة. أُصبت بالذهول ولم أدرِ ما أقول، لكن تمالكت نفسي، وبعد التأمل جهرًا في السبب المحتمل لهذه القبلة، اصطحبتها إلى الجناح وهرعت إلى مكتب مشرفي لمناقشة الواقعة. والشيء الذي لم أعترف به لمشرفي هو أنني استمتعت بالقبلة؛ كانت امرأة جذابة وأثارتني قبلتها، وإن لم أنسَ لحظة أن دوري هو معالجتها. بعد ذلك، استمرت الأشياء كما هي على مدى أسابيع أخرى حتى قررت أن أجرب معالجتها باستخدام الباكاتال: مهدئ قوي جديد (أصبح منبوذًا منذ زمن طويل) نزل إلى السوق حديثًا. ما فاجأ الجميع أن سارة أصبحت شخصًا جديدًا خلال أسبوع: تتحدث كثيرًا بكلام مفهوم في الغالب. وفي مكتبي، تناقشنا طويلًا في ضغوط حياتها قبل مرضها، وذات مرة علقْتُ على مشاعري تجاه لقائها وهي صامتة لفترة طويلة وشكوكي الكثيرة في أنني قدمت إليها أي شيء مفيد خلال تلك

الجلسات. أجابت فورًا: «لا يا دكتور يالوم. أنت مخطئ. لا تظن هذا. طوال هذه الفترة كنت عيشي وملحي».

كنت عيشها وملحها. لم أنسَ هذا التعبير في حياتي ولا تلك اللحظة. وكثيرًا ما أتذكره حين أجلس مع مريض لا يفهم ما يحدث حوله ولا يقدر على تقديم أي ملاحظات مفيدة أو مفهومة. في لحظة كتلك أتذكر عزيزتي سارة بي، وأُذكر نفسي أن وجود المعالج وتساؤلاته وانتباهه قد يغذي المريض بطرق لا نتخيلها.

بدأت في حضور الندوات الأسبوعية مع الطبيب والبروفيسور جيروم فرانك وغيره من أساتذة هوبكنز الكبار، الذين شابهوا د. وايتهورن في الإيمان بالتجربة واستخدام المنطق والأدلة وحدهما. وعلمني أمرين مهمين: أسس المنهجية البحثية، وأسس العلاج الجماعي. حينئذ، كان العلاج الجماعي في مهده، ود. فرانك كتب أحد الكتب القليلة الجيدة في هذا الموضوع. وفي كل أسبوع، تكدس كل الأطباء المقيمين الثمانية لمراقبة مجموعة العلاج الجماعي لمرضى العيادات الخارجية من خلف أول مرآة ملاحظة حاجبة تُستخدم في هذا السياق، وكانت عبارة عن فتحة في الجدار بحجم قدم مربع فقط. وبعد الجلسة الجماعية، اعتدنا الاجتماع بـ د. فرانك لمناقشة الجلسة. وجدت مراقبة الجلسات الجماعية طريقة تعليمية قيِّمة، لذا سأستخدمها بعد سنوات في تدريس العلاج الجماعي.

تابعت مراقبة المجموعة كل أسبوع لفترة طويلة بعد انتهاء الأطباء المقيمين الآخرين من الدورة. ومع نهاية العام، طلب مني د. فرانك إدارة المجموعة خلال فترة سفره. ومن البداية، أحببت إدارة المجموعات: بدا واضحًا أن المجموعة العلاجية تقدم فرصة ثرية لأعضائها لتقديم ملاحظات عن ذواتهم الاجتماعية واستقبالها. وبدت لي مجالًا فريدًا وثريًّا

يتيح النمو، ويسمح للحاضرين باستكشاف أجزاء من ذواتهم في سياق التعامل مع الآخرين والتعبير عنها، ثم استقبال انعكاس سلوكياتهم على أقرانهم. فأين يجد المرء مثل هذه الصراحة والملاحظات البنَّاءة في الاستقبال والتعبير مع مجموعة من أقران موثوقين؟ حددت المجموعة العلاجية لمرضى العيادات الخارجية بضع قواعد بسيطة: فبالإضافة إلى السرية التامة، التزم الأعضاء بالحضور إلى الجلسة التالية والتواصل المفتوح وعدم الاجتماع ببعضهم خارج المجموعة. وأتذكر أني غبطت المرضى وتمنيت المشاركة كعضو في مثل هذه المجموعة.

على خلاف د. وايتهورن، اتسم د. فرانك بالدفء والود، ومع نهاية السنة الأولى لي، اقترح أن أناديه بـ «جيري». لقد كان معلمًا عظيمًا ورجلًا راقيًا، مثالًا للنزاهة والكفاءة السريرية والفضول البحثي. ظللنا على تواصل لفترة طويلة بعد مغادرتي لهوبكنز، والتقيته كلما زار كاليفورنيا. ومما لا أنساه أبدًا قضاء عائلتينا أسبوعًا معًا في جمايكا. وحين تقدم به العمر، أُصيب بمشكلات شديدة في الذاكرة، وذهبت إلى زيارته في المركز الذي كان يقيم فيه كلما زرت الساحل الشرقي. حينما رأيته آخر مرة، أخبرني أنه قضى أيامه في التأمل بأشياء مثيرة من نافذته، وأنه في كل صباح يستيقظ كصفحة بيضاء. حكَّ يده بجبهته وقال: «ووش: كل هذه الذكريات للأيام السابقات مُسحت. زالت تمامًا». ثم ابتسم ونظر إليَّ، وأعطى تلميذه هدية أخيرة: «أتدري يا إرف! الأمر ليس سيئًا جدًّا. ليس سيئًا جدًّا». يا لجمال هذا الرجل. أبتسم كلما تذكرته. وبعد مرور عقود من الزمان، أشعر بالفخر الشديد أنني دُعيت لإلقاء أول محاضرة في موضوع العلاج النفسي عند جيروم فرانك بجونز هوبكنز.

تناسب طريقة العلاج الجماعي التي ابتكرها جيري فرانك تمامًا النهج الشخصي الذي ساد آنذاك في نظرية علم النفس الأمريكية. وكان النهج الشخصي (أو الفرويدية الجديدة) بمنزلة تعديل للآراء الفرويدية الأقدم والأكثر تزمتًا. إذ أكَّد على أهمية العلاقات الشخصية في نمو الفرد طوال دورة الحياة، في حين ركز النهج القديم على السنوات الأولى من حياة الإنسان فقط. وكان هذا النهج أمريكيَّ الأصل ويعتمد بشكل كبير على أعمال الطبيب النفسي هاري ستاك سوليڤان، فضلًا عن المنظرين الأوروبيين الذين هاجروا إلى الولايات المتحدة، لا سيما كارين هورني وإريك فروم.

لقد قرأت قدرًا كبيرًا من الكتابات المنشورة حول تلك النظرية ووجدتها معقولة للغاية. وأعتبر كتاب كارين هورني «العُصاب والنمو البشري Neurosis and Human Growth» أهم كتاب قرأته في أيام إقامتي. ورغم أن لدى سوليڤان علمًا كثيرًا، فإنه مع الأسف كاتب سيئ للغاية لدرجة أن أفكاره لم تحقق التأثير الذي تستحقه. ولكن بشكل عام، ساعدني عمله على فهم أن معظم مرضانا يقعون في اليأس بسبب عدم قدرتهم على إقامة علاقات شخصية مغذية والحفاظ عليها. وفي رأيي، كان من الطبيعي أن يوفر العلاج الجماعي الساحة المثالية لاستكشاف وتغيير الأنماط التي تؤدي إلى التنافر عند التعامل مع الآخرين. لقد كنت مفتونًا بعملية العلاج الجماعي، وخلال فترة إقامتي، قدتُ العديد من المجموعات مع كل من المرضى الداخليين ومرضى العيادات الخارجية.

مع مرور عامي الأول، بدأت أشعر بالارتباك أمام كم البيانات، والحالات السريرية المتنوعة التي أقابلها، والمناهج الخاصة لكل مشرف، وتقت إلى نظام تفسيري شامل. بدت نظرية التحليل النفسي أقرب الخيارات، ومعظم البرامج التدريبية في الطب النفسي حينئذ

داخل الولايات المتحدة نحت المنحى التحليلي. ورغم أن غالب رؤساء أقسام الطب النفسي اليوم من علماء الأعصاب، ففي الخمسينيَّات كان أغلبهم ممن تخصصوا في التحليل النفسي. وجونز هوبكنز -بعيدًا عن خدمات المشورة- خير مثال.

ولذلك التزمت بلقاء أوليف سميث أربع مرات في الأسبوع، وقرأت كتابات فرويد، وحضرت مؤتمرات تركز على التحليل النفسي في جناح المشورة داخل القسم، لكن مع مرور الوقت تزايد بداخلي الشك في جدوى المدرسة التحليلية. فتعليقات محللتي الشخصية بدت غير مفيدة ولا دقيقة، واشتد شعوري بأنها -رغم رغبتها في مساعدتي- متقيدة بشدة بعقيدة الحياد فلم تكشف عن نفسها الحقيقية على الإطلاق. إضافة إلى أنني بدأت أقتنع أن التركيز على الحياة المبكرة والدوافع الجنسية البدائية والعدوانية نظرة شديدة الضيق.

لم تملك مدرسة علم النفس الحيوي ما تقدمه في ذلك الوقت إلا القليل، بعيدًا عن العلاجات الجسدية، مثل: العلاج بغيبوبة الأنسولين، والعلاج بالصدمات الكهربائية (ECT). ورغم أني طبقت هذه الطرق عدة مرات ورأيت أحيانًا حالات تعافٍ مذهلة، لم تكن هذه العلاجات إلا طرقًا يائسة مكتشفة بالمصادفة. على سبيل المثال: لاحظ الأطباء منذ قرون أن التشنجات التي تسببها حالات مختلفة -كالحمى أو الملاريا- لها تأثير مفيد على الذهان والاكتئاب. لذا فقد بحثوا عن طرق لاستحثاث غيبوبة نقص السكر في الدم ونوبات صرع باستخدام الوسائل الكيميائية (ميترازول) والكهربائية (العلاج بالصدمات الكهربائية).

مع اقتراب نهاية سنتي الأولى، تعرفت على كتاب منشور حديثًا لعالم النفس رولو ماي بعنوان «الوجود». وشمل موضوعين طويلين ممتازين بقلم ماي إلى جانب عدد من الفصول المترجمة لعلماء نفس

وفلاسفة أوروبيين، مثل: لودفيج بينسوانجر، إروين شتراوس، ويوجين مينكوفسكي.

غيَّر هذا الكتاب حياتي. ورغم أن الكثير من فصوله كتبت في لغة تبدو عميقة صيغت لتُخفي أكثر مما تظهر، وجدت ما كتبه ماي واضحًا للغاية. فقد سرد الركائز الأساسية للأفكار الوجودية وعرفني على الأفكار النسبية لدى سورين كيركجارد، وفريدريك نيتشه، وغيرهما من مفكري المدرسة الوجودية. وأنا أنظر إلى نسختي التي حصلت عليها في عام 1958 من كتاب «الوجود» لرولو ماي، رأيت تعليقات الاتفاق والاختلاف على كل صفحة تقريبًا. وأثبت لي الكتاب أن هناك طريقًا ثالثًا، بديلًا عن أفكار التحليل النفسي والنموذج الحيوي: طريقًا من حكمة الفلاسفة والكتاب المؤلفة منذ 2,500 عام. وأنا أتصفح نسختي القديمة خلال كتابة هذه المذكرات، لاحظت بعجب كبير أن رولو وقعها بعد 40 سنة تقريبًا: «إلى إرڤ، الزميل الذي أتعلم منه العلاج النفسي الوجودي»، فاغرورقت عيناي بالدموع.

حضرت سلسلة من المحاضرات عن تاريخ الطب النفسي، من فيليب بينيل (طبيب من القرن الثامن عشر قدم علاجًا أكثر إنسانية للجنون) إلى فرويد. كانت المحاضرات شائقة، لكن بالنسبة لي معيبة بافتراض أن مجالنا بدأ مع بينيل في القرن الثامن عشر. وأنا أستمع، ظللت أفكر في كل المفكرين الذين كتبوا عن السلوك البشري والمعاناة البشرية قبله بكثير. فمن الفلاسفة مثلًا: أبيقور، وماركوس أوريليوس، ومونتين، وجون لوك. وتلك الأفكار إلى جانب كتاب رولو ماي، أقنعتني أن الوقت قد حان لأبدأ رحلة تعلم الفلسفة، لذا انضممت خلال عامي الثاني من الإقامة إلى دورة لمدة عام في تاريخ الفلسفة الغربية في حرم هوموود بجامعة جونز هوبكنز، حيث كانت تدرس مارلين. كان كتاب برتراند راسل الشهير «تاريخ الفلسفة الغربية» مرجعنا الدراسي، وبعد سنوات

عديدة من قراءة المراجع في مجالات: علم وظائف الأعضاء، والطب، والجراحة، والتوليد، كانت هذه الصفحات كنسمة هواء بارد بالنسبة إليَّ.

ومنذ تلك الدورة التمهيدية، أصبحت طالب فلسفة، أقرأ وحدي بكثرة وأراجع دورات قُدمت في هوبكنز وبعدها ستانفورد. ولم أدرِ في ذلك الوقت كيف سأطبق هذه الحكمة على مجالي في العلاج النفسي، لكن في أعماقي، علمت أنني وجدت عملَ حياتي.

لاحقًا في خلال عملي طبيبًا مقيمًا، حصلت على تدريب لمدة ثلاثة أشهر في مؤسسة باتوكسنت القريبة، وهي سجن يضم المجرمين من المرضى النفسيين. هناك قابلت مرضى في جلسات فردية وأدرت مجموعة علاجية يومية لمرتكبي الجرائم الجنسية، وهي إحدى أصعب المجموعات التي أدرتها في حياتي. فقد اجتهد أعضاؤها في محاولة إقناعي بأنهم قادرون على التعامل بشكل طبيعي أكثر من محاولة العمل على مشكلاتهم. وبما أن أحكامهم غير محددة -بمعنى أنهم محبوسون حتى يعلن الطبيب النفسي أنهم تعافوا- يمكن تفهم امتناعهم عن البوح بالكثير من الأشياء. وجدت تجربتي في باتوكسنت مذهلة. ومع نهاية العام، قررت أنني أملك مادة كافية لكتابة مقالتين: واحدة عن العلاج الجماعي للمنحرفين جنسيًّا، وواحدة عن شهوة التلصص.

كان مقالي عن التلصص أحد أول المنشورات النفسية عن الموضوع. وأشرت خلاله إلى أن المتلصص لا يبغي مجرد مشاهدة نساء عاريات. فليستمتع المتلصص يجب أن يكون نظره ممنوعًا ومتخفيًا. لذا لم يسع من درستهم من المتلصصين إلى دخول نوادي التعري أو استئجار العاهرات أو المواد الإباحية. ثانيًا، على الرغم من أن التلصص اعتُبر دائمًا جريمة مزعجة وخبيثة لكنها لا توقع ضررًا على أحد، فقد وجدت أن هذا بخلاف

الحقيقة. فكثير من المسجونين الذين عملت معهم بدؤوا من التلصص ثم تطور سلوكهم إلى جرائم خطيرة، مثل: الاقتحام والتعدي الجنسي.

وفي أثناء كتابة المقال، تذكرت عرض حالة موريل الذي قدمته في كلية الطب، ومثلما أثرت اهتمام الحضور ببدء العرض بقصة، بدأت مقالتي عن شهوة التلصص بقصة توم، المتلصص الأول. وساعدتني زوجتي -في أثناء عملها على رسالة الدكتوراه- على الوصول إلى الروايات المبكرة لأسطورة الليدي جوديڤا: النبيلة التي عاشت في القرن الحادي عشر وتطوعت لقيادة حصانها عارية عبر الطرقات لإنقاذ أهل بلدتها من الضرائب التعسفية التي يفرضها زوجها. وعبر جميع أهل البلدة عن امتنانهم لها بغض بصرهم عن عريها عدا توم. فتوم المسكين لم يستطع مقاومة اختلاس نظرة إلى النبيلة العارية، وبسبب انتهاكه ذاك، أُصيب بالعمى في لحظتها. قبلت دورية «Archives of General Psychiatry» نشر المقال فورًا.

بعدها بقليل، نُشر مقالي عن تقنيات إدارة المجموعات العلاجية للمدانين بجرائم جنسية في دورية «The Journal of Nervous and Mental Disease». وبعيدًا عن عملي في باتوكسنت، نشرت أيضًا مقالًا عن تشخيص خرف الشيخوخة. وجاءت ردة فعل جونز هوبكنز إيجابية للغاية لأن نشر الأطباء المقيمين مقالات لم يكن معهودًا. كان استحسانهم مُرضيًا وكذلك محيرًا بعض الشيء بالنسبة لي لأن الكتابة كانت سهلة جدًّا.

كان جون وايتهورن يرتدي دائمًا قميصًا أبيضَ وربطة عنق وبدلة بنية. وخمَّن الأطباء المقيمون أنه يرتدي بدلتين أو ثلاث متطابقة، لأننا لم نَره يرتدي أيَّ شيء آخر على الإطلاق. وكان من المتوقع أن يحضر كل المقيمين حفل الكوكتيل السنوي الذي يقيمه في بداية كل عام دراسي،

وجميعنا خشينا ذلك الحفل: كان علينا أن نقف لساعات ونحن نرتدي بدلاتنا وربطات عنقنا، ولم يُقدم لنا سوى كأس صغيرة من نبيذ العنب الأبيض، ولم يُقدم لنا أي طعام أو شراب آخر.

خلال عامنا الثالث، قضيت وأقراني الأطباء المقيمين الخمسة يوم الجمعة كاملًا مع د. وايتهورن. اعتدنا الجلوس في غرفة جانبية كبيرة للمؤتمرات تجاور مكتبه وهو يُجري مقابلات مع كل واحد من المرضى المقيمين في المستشفى. جلس د. وايتهورن والمريض على كرسيين موسدين، فيما جلسنا نحن الثمانية المقيمين على بُعد بضع أقدام على كراسي خشبية. بعض المقابلات استمرت 10 دقائق و15 دقيقة فقط، وبعضها دام لساعة، وأحيانًا ساعتين أو ثلاث.

لقد استُخدم الدليل الذي نشره بعنوان «دليل إجراء المقابلات ودراسة الشخصيات السريرية» (Guide to Interviewing and Clinical Personality Study) في أغلب البرامج التدريبية على الطب النفسي في الولايات المتحدة حينئذ، إذ قدم للمبتدئ طريقة منهجية لإجراء المقابلات السريرية، إلا أن طريقته في إجراء المقابلات لم تكن منهجية على الإطلاق. فلم يسأل إلا نادرًا عن الأعراض أو الموضوعات التي تثير الكرب، بل اتبع خطة «دع المريض يعلمك». والآن، بعد نصف قرن من الزمان، لا تزال بضعة أمثلة عالقة في ذاكرتي: المريض الذي كان يحضر رسالة الدكتوراه عن الأرمادا الإسبانية، والمريض الذي كان خبيرًا في جان دارك، وثالث كان مزارع قهوة ثريًا من البرازيل. في كل حالة من تلك الحالات، قابل د. وايتهورن المريض بإسهاب، على الأقل لمدة 90 دقيقةً، مركزًا على اهتمامات المريض. تعلمنا الكثير عن الخلفية التاريخية للأرمادا الإسبانية، والمؤامرة ضد جان دارك، ودقة الرامي الفارسي، والمناهج التعليمية في مدارس اللحام المحترفة، وكل شيء أردنا معرفته (وأكثر) عن العلاقة

بين جودة حبوب القهوة والارتفاع الذي زُرعت عليه. في بعض الأوقات، شعرت بالملل وشت ذهني، لأكتشف فجأة بعد مرور 10 أو 15 دقيقةً أن المريض العدواني المتحفظ المرتاب أصبح يتحدث الآن بصراحة وصدق عن حياته الداخلية. قال د. جون وايتهورن: «ستربح أنت والمريض. اهتمامك ورغبتك في معرفة ما لديه يرفع تقدير المريض لذاته، وستُثقف أنت نفسك وتتعلم في النهاية كل ما تحتاج إلى معرفته عن مرضه».

بعد المقابلات الصباحية، اجتمعنا لمدة ساعتين لتناول الغداء في مكتبه الكبير المريح على أوانٍ صينية راقية على الطريقة الجنوبية المتمهلة: صحن سلطة كبير، وشطائر، وكعك سمك البقلة، وطبقي المفضل حتى يومنا هذا: كعك السلطعون على طريقة خليج تشيسابيك. امتد الحديث من السلطة والشطائر إلى الحلوى والقهوة وتشعب إلى موضوعات عديدة. وما لم نوجهه في اتجاه معين، فقد مال وايتهورن إلى مناقشة أفكاره الجديدة حول الجدول الدوري. كان يمشي إلى السبورة ويسحب مخططَ الجدول الدوري الذي كان معلقًا دائمًا في مكتبه. فرغم أنه تخصص في جامعة هارڤرد في الطب النفسي، وأنه الرئيس السابق لقسم الطب النفسي في جامعة واشنطن في سانت لويس قبل أن يلتحق بجامعة هوبكنز، فإنه في الأصل عالم كيمياء حيوية، وأجرى أبحاثًا كبيرة حول كيمياء المخ. وأتذكر أنني طرحت أسئلة حول أصول التفكير المرتاب، فأجاب عنها بإسهاب شديد. ذات مرة وأنا أمر بمرحلة التفكير الحتمي عن السلوك البشري، اقترحت عليه أن المعرفة التامة بجميع المؤثرات التي تؤثر على فرد معين ستسمح لنا بوضع توقعات دقيقة لردة فعله، على مستوى التفكير والأفعال. وقارنت ذلك بضرب كرة البلياردو: لو علمنا القوة والزاوية والدوران، سنعرف استجابة الكرة المضروبة. دفعه موقفي إلى اعتناق وجهة النظر المعاكسة تمامًا، وجهة نظر إنسانية

كانت غريبة ومزعجة بالنسبة إليه. وبعد نقاش محتدم، قال د. وايتهورن للآخرين: «لا أستبعد أن دكتور يالوم يستمتع بوقته على حسابي». حين أتذكر نقاشنا، أظن أنه أصاب على الأرجح: أتذكر أنني شعرت بالقليل من المتعة بأنني دفعته إلى اعتناق النظرة الإنسانية التي أعتنقها أنا عادة.

ولم يخب ظني فيه إلا حين أعرته نسخة من رواية «المحاكمة» لكافكا، التي أحببتها بسبب العرض المجازي للعُصاب والذنب غير المحدد. أعاد د. وايتهورن الكتاب بعد يومين، وهز رأسه. أخبرني أنه لم يفهمها وأنه يفضل التحدث إلى أشخاص حقيقيين. في ذلك الحين، كان قد مرَّ على دخولي مجال الطب النفسي ثلاث سنوات، ولم أقابل حتى ذلك الحين أي طبيب مهتم بإضاءات الفلاسفة والروائيين.

بعد الغداء، عدنا لمراقبة مقابلات د. وايتهورن. وبحلول الساعة الرابعة أو الخامسة عصرًا يحين موعد شعوري بالقلق، وأتطلع إلى الخروج ولعب التنس مع شريكي المعتاد: أحد طلاب الطب. يقع ملعب التنس الخاص بالموظفين على بُعد مائتي قدم فقط في مكان منعزل بين قسمي الطب النفسي وطب الأطفال، وفي العديد من أمسيات الجمعة كنت أُبقي أملي حيًّا إلى أن تتلاشى آخر أشعة الشمس، بعدها أتنهد وأعيد انتباهي بالكامل إلى المقابلة.

وآخر مرة تواصلت فيها مع جون وايتهورن خلال فترة الإقامة، حين استدعاني إلى مكتبه بعد ظهر أحد الأيام، وحين أغلقت الباب خلفي وجلست أمامه، لاحظت أن وجهه أقل صرامة. هل أخطأت أم أنني ألمح ودًّا وآثار ابتسامة؟ بعد صمته القصير المعتاد، مال نحوي وسأل: «ماذا تخطط لمستقبلك؟» حين قلت إن خطوتي التالية هي الخدمة العسكرية الإلزامية لمدة عامين، تجهَّم وقال: «يا لك من محظوظ بأننا في سلام. قُتل ابني في الحرب العالمية الثانية خلال معركة الثغرة: مفرمة لحم

ملعونة». تمتمت بأسفي، لكنه أغلق عينيه وهزَّ رأسه معبرًا عن رغبته في عدم التحدث عن ابنه أكثر من هذا. سألني عن خططي بعد الجيش. أخبرته أنني لست متأكدًا من المستقبل، وأنني صاحب مسؤوليات تجاه زوجتي وأطفالي الثلاثة. ولعلي أخبرته أنني قد أمارس عملي في واشنطن أو بالتيمور.

هزَّ رأسه وأشار إلى أوراقي المنشورة وسط كومة منظمة على مكتبه وقال: «مثل هذه المنشورات تشي بشيء آخر. إنها تمثل خطوات على السلم الأكاديمي الذي يجب أن يرتقيه المرء. حدسي يخبرني أنك إن أكملت التفكير والكتابة بهذه الطريقة، فثمة مستقبل لامع قد ينتظرك في التدريس بإحدى الجامعات، مثل: جامعة جونز هوبكنز مثلًا». أنهى الجلسة بإهدائي صورة لنفسه ضمن إطار وعليها إهداء: «إلى دكتور إرڤين يالوم، مع الحب والاحترام». واليوم هي معلقة في مكتبي أراها وأنا أكتب الآن، تقبع بأريحية إلى جانب صورة جو ديماجيو. «مع الحب والاحترام»: حين أفكر في هذه الكلمات الآن أشعر بالدهشة؛ لم ألاحظ تلك المشاعر فيه حينئذ. والآن فقط، وأنا أكتب هذا، أدرك أنه -وجيروم فرانك كذلك- كانا موجهين ومرشدين عظيمين لي. لعل الوقت قد حان للتخلص من ادعائي أنني صنعت نفسي بنفسي بالكامل.

بالتزامن مع انتهائي من سنوات الإقامة الثلاث، أنهى د. وايتهورن مساره المهني الطويل في جونز هوبكنز، وحضرت أنا وكل المقيمين وأعضاء هيئة التدريس بالكلية حفل تقاعده. أتذكر جيدًا كيف بدأ كلمة الوداع. فبعد مقدمة حارة من البروفيسور ليون أيزنبرج -مشرفي في طب نفس الأطفال الذي سيتولى بعدها بقليل رئاسة قسم الطب النفسي بهارڤرد-، وقف د. وايتهورن، ومشى نحو المايكروفون، وتحدث بصوته المتزن المتحفظ: «يُقال إن شخصية الرجل تقاس بشخصية أصدقائه.

وإن صح هذا...» توقف وقلَّب بصره ببطء وتأمل في الجمهور الضخم الحاضر من اليسار إلى اليمين «فلا بدَّ أنني رجل جيد جدًّا حقًّا».

لم أتواصل مع جون وايتهورن إلا مرتين بعدها. بعد عدة سنوات وأنا أدرِّس في ستانفورد، اتصل بي أحد أقربائه قائلًا إن جون وايتهورن أحاله عليَّ للعلاج النفسي، وأسعدني أنني استطعت مساعدته خلال بضعة شهور من العلاج. وبعدها، في عام 1974، بعد 15 عامًا من آخر لقاء مباشر جمعنا، تلقيت مكالمة هاتفية من ابنة جون وايتهورن التي لم ألتقِها قطُّ. أخبرتني أن والدها أُصيب بسكتة دماغية شديدة كادت تودي بحياته، وطلبني تحديدًا لزيارته. صُعقت بشدة. لماذا أنا؟ ماذا بيدي أقدمه له؟ لكن بالطبع لم أتردد، وفي الصباح التالي طرت إلى الطرف الآخر من البلاد نحو واشنطن حيث أقمت كالعادة عند أختي جين وزوجها مورتون. استعرت سيارتهما، وأخذت أمي التي تستمتع دائمًا برحلات السيارة، وتوجهت نحو مستشفى للنقاهة على أطراف بالتيمور. وجدت مجلسًا مريحًا لأمي في الردهة وركبت المصعد نحو غرفة د. وايتهورن.

بدا جسده أصغر كثيرًا مما أتذكر. وكان مصابًا بشلل في ناحية من جسده وبالحبسة التعبيرية، التي أثرت بشدة على قدرته على التحدث. وكم صدمت برؤية أقدر الناس على التعبير البليغ لا يملك حبس ريقه في فمه ويبحث عن الكلمات. وبعد عدة بدايات خاطئة، استطاع أخيرًا أن يقول: «أنا... أنا... أنا خائف. خائف بشدة». وكنت خائفًا أنا الآخر. خائفًا من تمثال ضخم تهشَّم وسقط وسط الخراب.

لقد درَّب د. وايتهورن جيلين من الأطباء النفسيين، كثير منهم الآن رؤساء في جامعات بارزة. سألت نفسي: «لماذا أنا؟ ماذا بيدي أقدمه له؟».

في النهاية لم أفعل الكثير. تصرفت كأي زائر متوتر، وبحثت عن كلمات يائسة لطمأنته. وذكرته بأيامي معه في هوبكنز، وأخبرته كم أعتز بأيام

الجمعة التي قضيناها معًا، وكم علمني عن مقابلة المرضى، وأنني سمعت نصيحته وأصبحت أستاذًا جامعيًّا، وكيف حاولت محاكاته في عملي من خلال معالجة المرضى باحترام واهتمام، وكيف تركت المرضى يعلمونني كما نصحنا. أصدر أصواتًا ولم يستطع صياغة كلمات، وأخيرًا، بعد 30 دقيقة غطَّ في نوم عميق. شعرت بهزة ترجني، وظللت متحيرًا من طلبه مقابلتي أنا تحديدًا. لاحقًا، علمت من ابنته أنه مات بعد يومين من زيارتي.

تردد سؤال «لماذا أنا؟» في ذهني على مدى سنوات. لماذا يدعو ابن بقَّال مهاجر فقير يعاني القلق والشك في الذات؟ لعلي حللت محل ابنه الذي فقده في الحرب العالمية الثانية. لقد مات د. وايتهورن ميتة وحيدة جدًّا. لو أمكنني فحسب منحه المزيد! تمنيت كثيرًا فرصة ثانية. كان ينبغي أن أصف له أكثر اعتزازي بالوقت الذي قضيته معه، وأخبره كم أفكر فيه حين أجري مقابلة مع مرضاي. كان ينبغي أن أحاول التعبير عن الرعب الذي شعر به. أو كان ينبغي أن ألمسه وأمسك يده وأقبل خده، لكنني كففت عن ذلك؛ لقد عرفته لفترة طويلة بصورة الرجل الرسمي المتحفظ، إلى جانب أنه كان عاجزًا لدرجة أنه كان يمكن أن يعتبر عطفي إهانة.

بعد نحو 20 سنة، خلال دردشة على الغداء مع ديفيد هامبورج، رئيس قسم الطب النفسي الذي جاء بي إلى ستانفورد بعد أن أنهيت التجنيد، أخبرني أنه وجد خلال تنظيف منزله خطاب دعم لتعييني من جون وايتهورن. أطلعني على الخطاب وبهرتني آخر عبارة فيه: «أومن بأن دكتور يالوم سيصبح رائدًا في الطب النفسي الأمريكي». والآن، وأنا أقيِّم علاقتي بجون وايتهورن، أعتقد أنني أفهم لماذا طلبني على فراش الموت. لا بدَّ أنه رأى فيَّ شخصًا سيستكمل عمله. والآن ألتفت إلى صورته المعلقة على مكتبي وأحاول أن تقع عيني على عينه. أتمنى أن فكرة تدفقه إلى المستقبل من خلالي أمدته بالراحة.

الفصل السادس عشر

تكليف في الجنة

في أغسطس 1960، بعد شهر واحد من إنهاء مرحلة الإقامة في جونز هوبكنز، جُندت في الجيش. في تلك السنوات كان التجنيد الإجباري لا يزال قائمًا، لكن طلبة الطب مُنحوا خيار التسجيل في برنامج لتأجيل التجنيد يدعى «خطة بيري»، وهو ما يسمح لهم بإنهاء كلية الطب وفترة الإقامة قبل الانضمام إلى الجيش. قضيت أول ستة أسابيع في الجيش أتلقى التدريب الأساسي بفورت سام هيوستن بمدينة سان أنطونيو، وفي أثناء هذه الفترة أُبلغت أنني سأقضي بقية تجنيدي في قاعدة بألمانيا. بعد بضعة أيام، جاءت مذكرة أخرى تُبلغني أنني سأتمركز بدلًا من ذلك في فرنسا. وبعد أسبوعين، أُمرت -لحسن الطالع- بأن أسلِّم نفسي للخدمة في مستشفى تريبلر في مدينة هونولولو بهاواي. وهذا هو التكليف الذي تم.

أتذكر أول لحظة لي في هاواي بوضوح كبير. ما إن خرجت من الطائرة، قابلني جيم نيكولاس -الذي يعمل طبيبًا نفسيًّا بالجيش، الذي سيصبح أقرب أصدقائي على مدى العامين التاليين- بطوق من إكليل زهور البلوميريا وضعه حول رقبتي. صعد رحيقها إلى أنفي، حلوًا

وقويًا، وفي تلك اللحظة تمامًا شعرت بشيء يتغير بداخلي. استيقظت حواسي وأصبحت ثملًا برائحة البلوميريا المنتشرة في كل مكان: المطار، والشوارع، وشقة وايكيكي[1] الصغيرة التي اختارها جيم لنا وملأها بمنتجات البقالة والزهور. في عام 1960، كان جمال هاواي طبيعيًّا أخَّاذًا: الريش، وأشجار النخيل، والكركديه، والزنابق الحمراء، وزنابق العنكبوت البيضاء، وطيور الجنة، وبالطبع المحيط بأمواجه الزرقاء التي تتدحرج بلطف وتستقر على الرمال المتلألئة. وارتدى كل الناس حينئذٍ ملابس بألوان غريبة رائعة: استقبلني جيم وهو يرتدي قميصًا عليه ورد وسروالًا قصيرًا وصندلًا بتصميم محلي يُسمى زوريس، ثم أخذني إلى متجر نزعت فيه ملابس الجيش -ولو ليوم على الأقل- وخرجت منه أرتدي زوريس وقميصَ ألوها بنفسجيًّا وسروالًا قصيرًا أزرقَ برَّاقًا.

وصلت مارلين وأطفالنا الثلاثة بعد يومين، وصعدنا بالسيارة معًا إلى قمة مرتفع ڤالي التي تطل على منظر عجيب من الجزء الشرقي للجزيرة. ونحن نتأمل الجبال الخضراء الداكنة بقممها المدببة من حولنا والشلالات وأقواس قزح والمحيط الأزرق المخضر والشواطئ الممتدة أشارت مارلين نحو كايلوا ولانيكاي[2] وقالت: «هذه هي الجنة: أريد أن أعيش هناك».

سعدت بسعادتها. لقد مرت ببضعة أسابيع رهيبة. فخلال الأسابيع الستة التي أقمنا فيها بسان أنطونيو لأتلقى تدريبي الأساسي، أصبحت الحياة صعبة علينا نحن الاثنين، لكنها قاست أكثر مني. فلم نكن نعرف أحدًا في سان أنطونيو، وتتجاوز الحرارة كل يوم 100 درجةٍ

(1) حي قريب من الشاطئ بمدينة هونولولو - المترجم.

(2) بلدات في هاواي - المترجم.

فهرنهايت). ووقعت عليَّ أعباء يومية كبيرة في المدرسة العسكرية وقضيت يومي بعيدًا عنها طوال أيام الأسبوع عدا يوم أو يومين، تاركًا مارلين وحدها مع ثلاثة أطفال صغار. وجاءت الذروة حين اضطررت إلى الغياب لمدة أسبوع لخوض تدريب في موقع على بُعد بضع ساعات من سان أنطونيو. هناك تعلمت مهارات ثمينة، كطريقة التعامل مع الأسلحة (فزت بميدالية الرامي الماهر لدقة تصويبي بالبندقية) وكيف أزحف تحت سلك شائك فيما تتطاير رصاصات الرشاش الحية من فوق رأسي (قالوا لنا إنه رصاص حي، لكن لم يختبره أحد منا بنفسه). في تلك الأيام التي سبقت عصر الآيفون لم نستطع أنا ومارلين التواصل على الإطلاق خلال هذه الفترة. وحين عدت، علمت أنها أصيبت بالتهاب حاد بالزائدة الدودية في اليوم التالي لرحيلي. وأنها نُقلت إلى المستشفى العسكري لإجراء عملية استئصال طارئة، فيما اعتنى أفراد من الجيش بالأطفال. وبعد أربعة أيام من الجراحة، زارها كبير الجرَّاحين المقيمين في المنزل مساءً وأخبرها أن تقرير علم الأمراض يثبت أنها مصابة بسرطان الأمعاء، وعليها استئصال جزء كبير من الأمعاء الغليظة. بل إنه خطَّ لها رسمة لتريها لي تبيِّن الأجزاء اللازم استئصالها من الأمعاء. حين عدت إلى المنزل في اليوم التالي، صُدمت من الأخبار ورسمات الجرَّاح. وهرعت إلى المستشفى العسكري لأحصل على عينات الأنسجة، وأرسلتها بالبريد الخاص إلى أصدقائي الأطباء في الشرق. واتفقوا جميعًا على أن مارلين تعاني ورمًا سرطانيًّا حميدًا لا يحتاج إلى أي علاج آخر على الإطلاق. وحتى الآن -بعد مرور خمسين عامًا- وأنا أكتب عن هذا الأمر، أشعر بغضب شديد تجاه الجيش لعدم إخطاري، ولاقتراح إجراء عملية جراحية كبيرة لا يمكن الرجوع عنها لحالة حميدة تمامًا.

مرَّ كل ذلك وانقضى حين أشرفنا على الجبال والمياه الزرقاء الساطعة في هذا المكان الجديد، وشعرت بالحماس والارتياح من عودة مارلين النشطة المرحة إليَّ مجددًا. نظرت مرة أخرى نحو كايلوا ولانيكاي. العيش هناك غير عملي على الإطلاق؛ لا نملك إلا القليل من المال والجيش يوفر إسكانًا عسكريًّا زهيدًا في شوفيلد باراكس، لكنني سُحرت كما سُحرت مارلين وخلال أيام قليلة استأجرت منزلًا صغيرًا في لانيكاي على بُعد مجمع سكني واحد من أحد أجمل شواطئ العالم. ويظل شاطئ لانيكاي ساكنًا في ذاكرتنا حتى اليوم: إنه أجمل شيء رأيناه، ومنذ ذلك الحين، حين نمشي على شاطئ ذي رمال ناعمة ومتماسكة، ينظر أحدنا إلى الآخر ويقول: «رمال لانيكاي».

ولفترة طويلة بعد مغادرتنا هاواي، اعتدنا العودة إلى ذلك الشاطئ، الذي تآكل للأسف بدرجة كبيرة. لقد عشنا هناك لعام، حتى علمت أن أدميرالًا نُقل فجأة إلى جنوب المحيط الهادئ، وأصبح منزله في حي كايلوا معروضًا للإيجار. استأجرناه فورًا وأصبحنا على مسافة من الماء تتيح لي ركوب الأمواج ومشاهدة الأسماك وأنا تحت الطلب. فكانت مارلين تشير لي بفوطة بيضاء كبيرة من الشرفة حين تأتيني مكالمة.

بعد وصولنا بقليل، تلقيت خطابات تحية من ثلاثة لواءات متمركزين في هاواي وألمانيا وفرنسا، كلٌّ واحدٍ منهم يرحب بي في موقعه. وكان ذاك الاضطراب في مكان توزيعي قد أدى إلى ضياع الكثير من مقتنياتنا خلال الانتقال، لذا حظينا فعلًا ببداية جديدة، واشترينا كل أثاثنا ومفروشاتنا من معارض للأغراض المنزلية المستعملة في يوم واحد.

لم تكن مهامي العسكرية عبئًا ثقيلًا. إذ قضيت أغلب وقتي في الوحدات الداخلية مع الوافدين من قواعد مختلفة حول المحيط الهادئ. ففي عام 1960، لم تكن حرب فيتنام قد نشبت بعد، لكن الكثير من

مرضانا اشتركوا في مهام عسكرية غير رسمية في لاوس. وأغلب المصابين بمرض نفسي خطير أُرسلوا بعد الفحص مباشرة إلى مستشفيات في بر الولايات المتحدة. ومن ثمة، كان الكثير من مرضانا شبابًا لا يعانون الفصامَ، وإنما تظاهروا بذلك على أمل الخروج من الخدمة.

ومن أوائل مرضاي، رقيب أمضى 19 عامًا في الخدمة وقارب على التقاعد أُلقي القبض عليه لتناول الكحول خلال الخدمة، وهي تهمة خطيرة قد تهدد وضعه في التقاعد والمعاش. أتى لي للكشف وأجاب كل سؤال طرحته بإجابة خطأ. لكن كل إجابة كانت قريبة جدًّا من الصواب فبدا أن جزءًا من دماغه يعلم الإجابة الصحيحة: ستة ضرب سبعة تساوي 41، ويوم الكريسماس هو 26 ديسمبر، والطاولة لها خمسة أرجل. لم أرَ قطُّ مثل هذه الحالة من قبل، ومن خلال التحدث إلى زملائي والبحث في المنشورات العلمية، علمت أنها حالة تقليدية لمتلازمة جانسر (أو متلازمة الإجابات التقريبية كما يُطلق عليها في كثير من الأحيان)، وهو نوع من الاضطرابات المفتعلة يحاكي فيها المريض أعراضَ مرض وهو في الحقيقة ليس مريضًا وإنما يحاول فحسب تجنب مسؤولية عمل غير مشروع ارتكبه. قضيت الكثير من الوقت معه خلال إقامته التي استمرت أربعة أيام (أي مريض احتاج إلى مدة أطول يُنقل إلى البر الرئيس)، ولم أستطع التواصل مع ذاته الصادقة. وأغرب ما تعلمته من دراستي للمنشورات العلمية التي تصف المتابعات طويلة الأمد، أن نسبة كبيرة من المصابين بمتلازمة جانسر أصيبوا حقًّا باضطراب ذهاني حقيقي بعدها بسنوات.

اضطررنا كل يوم إلى فرز الجنود المصابين حقًّا بمرض نفسي عمن يدعي ذلك للحصول على خروج صحي من الخدمة، إذ أراد كل مريض

أتانا تقريبًا الخروج من الجيش أو البحرية أو القوات الخاصة. فقد استقبلنا وافدين من كل فروع الجيش، وأزعجني أنا وزملائي طريقتنا الاعتباطية في اتخاذ القرار؛ لم تكن الأدلة التوجيهية واضحة، وأصدرنا توصيات غير متسقة في بعض الأحيان. أما من ناحية متطلبات العمل، فقد وجدتها أخف بكثير مقارنة بفترة التخصص والإقامة. فبعد أربع سنوات من البقاء تحت الطلب في الليالي والعطلات الأسبوعية، شعرت بأني في عطلة امتدت لعامين. كنا ثلاثة أطباء نفسيين نتناوب على الليالي والعطل الأسبوعية. ولم أضطر إلى الذهاب إلى المستشفى ليلًا إلا مرات قليلة فحسب خلال فترة تجنيدي كلها. علاوة على ذلك تمتعنا نحن الثلاثة بعلاقات جيدة بيننا وكذلك بعلاقة جيدة مع قائدنا الكولونيل بول يسلر، الذي كان زميلًا ودودًا واسع الاطلاع ويسمح لنا باستقلالية كاملة في عملنا. ومع أن وحدتنا النفسية -ليتل تريبلر- على بُعد 300 قدم فقط من مستشفى ليتل تريبلر، فقد تمتعت بمناخ هادئ غير عسكري. واعتدت تناول الغداء في تريبلر الكبيرة ومن حين لآخر قدمت استشارات هناك لهيئات أخرى، وبخلاف ذلك لم أذهب هناك إلا نادرًا، وكثيرًا ما قضيت أسابيع دون تلقي التحية العسكرية أو أدائها.

في ظل هذه الحرية، اخترت متابعة اهتمامي بالعلاج الجماعي وشكَّلت مجموعات علاجية متنوعة: مجموعات يومية للمرضى المقيمين، ومجموعات لمرضى العيادات الخارجية مخصصة لزوجات العسكريين، وفي وقت فراغي مجموعة للأطباء المقيمين في قسم الطب النفسي من غير العسكريين في مستشفى ولاية هاواي بكانيوهي.

شعرت بفائدتي أكثر ما يكون في مجموعات زوجات العسكريين. فكثير منهن عانين الابتعاد عن ديارهن، إلا أن البعض قررن العمل على جوانب أعمق لاستكشاف شعورهن بالوحدة وعجزهن عن إقامة

علاقات داخل مجتمعهن. أما مجموعة المقيمين فكانت أصعب بكثير، إذ رغبوا في تحصيل خبرة علاجية تفيدهم على المستوى الشخصي وكذلك المعرفي ليصبحوا قادة مجموعات. وقد سمعوا أنني صاحب خبرة بالعلاج الجماعي، وطلبوا مني قيادة المجموعة. لم أكن مرتاحًا، فلم أدر من قبل مجموعة كهذه، والأهم أنني لم أزد عنهم خبرة سوى بسنة أو سنتين، لكن بما أن الأطباء المقيمين تحمسوا للمجموعة، وافقت على طلبهم. ولم تمضِ مدة طويلة قبل أن أدرك أنني ورطت نفسي في موقف صعب. فلن تحقق المجموعة فائدة إلا في وجود رغبة من المشاركين في المخاطرة بكشف أفكارهم ومشاعرهم العميقة، وهذه المجموعة امتنعت بشدة عن ذلك. بدأت ببطء أعي ذلك، وبما أن الأداة الرئيسة لدى المعالج هي نفسه، فقد كان البوح بالعيوب الشخصية مخاطرة كبيرة. فلم تتعرض شخصية المرء لحكم الآخرين فحسب، بل كفاءته كذلك. وبعد إدراكي الكامل لهذه المعضلة، لم أجد مخرجًا من هذا المأزق، وحققت المجموعة نجاحًا محدودًا. في المستقبل، أدركت أن مدير المجموعة إن أراد قيادتها بكفاءة في مثل هذه الظروف، فعليه أن يصبح قدوة في البوح من خلال المخاطرة بنفسه.

لا أشك أن العامين اللذين قضيتهما في هاواي غيَّرا حياتي. فقبلهما اقتصرت خططي طويلة الأمد على العودة إلى الساحل الشرقي لأبحث عن وظيفة أكاديمية مثلًا -كما اقترح د. وايتهورن- أو العودة للأصدقاء والأهل في واشنطن وممارسة الطب النفسي بشكل خاص. لكن بعد بضعة أشهر مشمسة في هاواي، ازداد نفوري من المناخ البارد الغائم الرسمي في الساحل الشرقي. وقد كانت مارلين قبلها بسنوات ترغب في الابتعاد عن واشنطن، والآن أصبحنا متفقين تمامًا: رغبنا نحن الاثنان في البقاء في هاواي أو أقرب مكان منها. وقبل هاواي تركزت حياتي

كلها على العمل، مع قضاء وقت ضئيل جدًّا مع عائلتي وأطفالي. والآن فتحت هاواي عيني على جمال ما يحيط بي، لا سيما الشواطئ الخلابة، وسيري أنا ومارلين عليها مشبكين أصابعنا كما كنا نفعل في الثانوية. كذلك قضيت وقتًا أكثر مع الأطفال، وقضينا جزءًا كبيرًا منه في المحيط الدافئ أعلمهم السباحة ومشاهدة الأسماك والاستلقاء على لوح ركوب الأمواج (لم أجد قطُّ الوقوف على اللوح؛ لم أستطع التوازن). وأخذت الأولاد إلى سينما الحي في مساء الجمعة لمشاهدة أفلام الساموراي، وكعادة الأطفال المحليين ارتدوا ملابس النوم هناك.

لم يوافق الجيش على شحن اللامبريتا إلى هاواي، لكنه وافق على شحن منظار، لذا بادلت اللامبريتا وأنا في باليتمور بمنظار عاكس ميكانيكي مقاس ثماني بوصات كنت أحلم به منذ غزواتي الطفولية إلى عالم صناعة المناظير. وبخلاف نصبه على قمة جبل مرتين، لم أستخدمه كثيرًا في هاواي بسبب سماء الليل الغائمة دائمًا.

أحد مرضاي كان مراقب طيران في قاعدة قريبة للقوات الجوية، ومن خلاله استمتعت بميزة اللحاق برحلات عطلة نهاية الأسبوع إلى الفلبين واليابان. فمارست السباحة ومشاهدة الأسماك في المياه الفاتنة لإحدى جزر الفلبين الصغيرة، وشاهدت غروبًا في مانيلا لا يغيب عن عين عقلي أبدًا. وفي طوكيو أقمت في نادي الضباط واستكشفت المدينة. وكلما أضعت طريقي، صحت بسيارة أجرة وأريت السائق بطاقة النادي وعليها العنوان باللغة اليابانية. وقد نصحني المدير بمراقبة تصرفات السائق حين أُريه العنوان، فإن شهق بحدة، فعلي الخروج من السيارة بسرعة، لأن سائقي الأجرة في طوكيو لا يهينون أنفسهم بالاعتراف بجهلهم بالعنوان.

بعد وصولنا بقليل، حصلت مارلين على وظيفة تدريس في قسم اللغة الفرنسية بجامعة هاواي. وكم أسعدها تدريس دورة عن الأدب الفرنسي المعاصر التي يحضرها الكثير من الطلبة الفيتناميين المتحدثين بالفرنسية بطلاقة، رغم ما يلاقونه من صعوبة في فهم أفكار سارتر عن الاغتراب وهم مشغولو البال بالسباحة في المحيط الأزرق الدافئ بعد الدرس. احتاجت مارلين إلى سيارتنا للذهاب إلى الكلية، لذا اشتريت أنا دراجة نارية سريعة من نوع ياماها، واستمتعت أشد الاستمتاع برحلتي الصباحية التي امتدت 30 دقيقة نحو تريبلر مرورًا بقمة جبل بالي. وخلال إقامتي هناك، افتُتحت أنفاق ويلسون التي تخترق الجبال، وسلكت هذا الطريق المختصر إلى العمل، كل يوم تقريبًا أدخله والشمس مشرقة وأخرج منه إلى مطر هاواي الدافئ. وبالقرب من منزلي في كايلوا وجدت نادي تنس صغيرًا بملعب عشبي حيث لعبنا فيه ضد النوادي الأخرى في عطلات نهاية الأسبوع. عرَّفني أحد رفاقي في الجيش على مشاهدة الأسماك والغوص، وعلى مدى الأعوام الأربعين التالية، نلت قدرًا كبيرًا من المتعة من الانزلاق إلى قاع المحيط، وتأمل المخلوقات والحياة البحرية في هاواي ومنطقة البحر الكاريبي والعديد من الأجزاء الأخرى من العالم. وفي مرات قليلة نزلت للغوص ليلًا، وهو أمر له إثارته الخاصة، حيث تخرج جميع المخلوقات الليلية خلسة، لا سيما القشريات الكبيرة.

كان جاك روز أحد زملائي في الجيش الذين حصلوا على تدريبهم في عيادة مينينجار، وقد عرَّفني على زميله في الدراسة كيه واي لوم، الذي يمارس العلاج النفسي في هونولولو. وبالتعاون معًا نظمنا مجموعة شهرية لعرض الحالات مع عدد من أطباء النفس في هاواي. كما أنشأنا

مجموعة لعب بوكر للأطباء النفسيين تلتقي كل أسبوعين، وأصبحت أنا وكيه واي أصدقاء عمر، واستمرت مجموعة البوكر قائمة لثلاثة عقود.

وذات يوم في أثناء أسابيعي الأولى في هاواي، مرَّ بمنزلي أندري تاو كيم هاي -الفيتنامي المسن الذي يعيش بالقرب مني- وهو يحمل لعبة الشطرنج وسألني: «هل تلعب الشطرنج؟» كالمن[1] من السماء، كنَّا كفرسي رهان ولعبنا عشرات المباريات. تقاعد أندري في هاواي بعدما عمل لسنوات طويلة ممثلًا لفيتنام في الأمم المتحدة، لكن بعد بضع سنوات حين اشتعلت حرب فيتنام، غادر الولايات المتحدة محتجًّا وانتقل إلى باريس ثم إلى جزيرة ماديرا. استمرت صداقتنا الشخصية وخصومتنا في الشطرنج على مدى السنوات التالية كلما زرته في منزليه التاليين.

زار والداي هاواي، وكذلك والدة مارلين وأختي جين وأسرتها. واكتسبت مارلين أصدقاء في الجامعة، ولأول مرة أصبح لدينا حياة اجتماعية، حيث شكلنا صالونًا يضم ثمانية أشخاص: عالم الاجتماع رويل ديناي -المؤلف المشارك لكتاب «The Lonely Crowd»-، وزوجته روث، والفيلسوف والشاعر الإندونيسي تاكدير علي جاهبانا وزوجته الألمانية، وقائد الأوركسترا السيمفونية الهاوايية جورج باراتي وزوجته الجميلة روث أيضًا، وهي من عشَّاق اليوجا. وكم قضينا من ليالٍ سعيدة معهم نقرأ ترجمات شعر تاكدير ونناقش أحد كتب رويل ونستمع إلى الموسيقى أو -كما فعلنا ذات مرة- نستمع إلى تي إس إليوت يقرأ «الأرض اليباب» بصوته تاركًا إيانا في اكتئاب عميق. حتى هذا اليوم، أتذكر مجموعتنا الصغيرة وهي تستمتع بحفلة لواو[2] على

(1) حلوى المن التي أنزلها الله على بني إسرائيل - المترجم.

(2) Lū'au: نوع حفلات تقليدي في هاواي - المترجم.

الشاطئ مع مشروبات هاواي والجوافة والليتشي والمانجو والأناناس والبابايا التي أفضلها على غيرها. ما زلت أتذكر طعم أسياخ لحم البقر المغموسة في صلصة الفول السوداني الإندونيسية التي يعدها تاكدير.

بين ألعاب البوكر ومشاهدة الأسماك والمشي على الشاطئ وركوب الدراجة النارية واللعب مع أطفالي وبالشطرنج، عشت حياة أكثر مرحًا بكثير من أي وقت مضى. أحببت غياب الرسميات وارتداء الصندل وبساطة الجلوس على الشاطئ والتحديق إلى البحر. كنت أتغير: والعمل ليس كل شيء. ولم يعد الساحل الشرقي الغائم بشتائه القارس وصيفه الحار يغريني. شعرت وكأن هاواي وطني وبدأت أتخيل البقاء هناك لبقية حياتي.

ونحن نقترب من نهاية العامين في هاواي، واجهنا الحاجة إلى اختيار مكان نعيش فيه. حينئذ كنت قد نشرت مقالين احترافيين جديدين وأميل إلى العمل الأكاديمي. وللأسف البقاء في هاواي ليس مطروحًا؛ كلية الطب لا تقدم سوى أول عامين من الدراسة النظرية ولا تضم كلية طب نفسي بدوام كامل. شعرت بالوحدة وبغياب أي موجه قد يرشدني إلى طريق المضي قدمًا. ولم يخطر ببالي على الإطلاق التواصل مع أساتذتي في هوبكنز جون وايتهورن وجيري فرانك. والآن، وأنا أتأمل تلك الفترة، أشعر بالحيرة: لماذا لم أفكر في طلب نصيحة أو توصية من أحدهما؟ لا بدَّ أنني أقنعت نفسي بأنهما نسياني تمامًا مع نهاية فترة إقامتي.

بدلًا من ذلك، سلكت أشد الطرق تقليدية: البحث في إعلانات الوظائف. تفحصت الإعلانات في مجلة الجمعية الأمريكية للطب النفسي ووجدت ثلاث وظائف تهمني: وظائف في هيئة التدريس بكلية الطب بجامعة ستانفورد، وأخرى بجامعة كاليفورنيا بسان فرانسيسكو، ووظيفة طبيب في مستشفى ميندوتا ستيت بويسكونسن (أهمتني لأن

الطبيب النفسي البارز كارل روجرز عمل حينئذٍ في المستشفى نفسه). تقدمت للثلاث، ووافقوا جميعًا على إجراء مقابلة معي، وأخذت الطائرة العسكرية إلى سان فرانسيسكو.

أول مقابلة أجريتها في كلية الطب بجامعة كاليفورنيا بسان فرانسيسكو مع أستاذ كبير في هيئة التدريس هو جاكوب إبستين، الذي عرض عليَّ بعد جلسة امتدت لساعة وظيفة أستاذ ممارس مقابل 18 ألف دولار سنويًّا. وبما أن راتبي في السنة الأخيرة من فترة الإقامة كان ثلاثة آلاف في السنة، وراتبي في الجيش 12 ألفًا في السنة، ملت إلى القبول، مع أنني أعلم أعباء العمل الثقيلة، إذ لن تقتصر على التدريس لطلبة الطب والأطباء المقيمين، بل سأدير جناحًا كبيرًا ومزدحمًا بالمرضى المقيمين.

في اليوم التالي، أجريت مقابلةً مع ديفيد هامبورج الذي تولى رئاسة قسم الطب النفسي بستانفورد حديثًا حينها. وكانت كلية الطب بستانفورد ومستشفاها قد انتقلا حديثًا من سان فرانسيسكو إلى مبانٍ حديثة البناء في حرم ستانفورد في بالو ألتو، ومنحته الإدارة حرية كاملة في تأسيس قسم جديد كليًّا. بهرتني رؤية د. هامبورج السامية، واهتمامه بمجالنا وحكمته. وبهرتني عباراته. فتعاقب العبارات الفخمة المعقدة على أذني كالاستماع إلى كونشرتو جميل. بالإضافة إلى ذلك، شعرت بقوة أنني أحظى -إلى جانب توجيهه- بجميع الموارد والحرية الأكاديمية التي أحتاج إليها.

أقول هذا الآن، أما حينها ففي ظني لم أدرِ كيف سيكون مستقبلي أو ما أنا قادر عليه. كل ما علمته هو شكل الممارسة الخاصة، وأنها ستكون حياة ذات شأن، وعلمت أيضًا أن الممارسة الخاصة ستوفر لي

على الأرجح دخلًا يساوي ثلاثة أضعاف ما سيعرضه هامبورج في ستانفورد.

عرض عليَّ د. هامبورج وظيفة أستاذ مبتدئ (مُحاضر) وراتبًا سنويًّا يبلغ 11 ألفًا فقط، أي أقل من راتب الجيش بألف دولار. وأوضح لي سياسة ستانفورد: أعضاء هيئة التدريس الذين يعملون بدوام كامل يُتوقع منهم التفرغ للدراسة والبحث ولا ينبغي لهم تعزيز دخلهم بالممارسة الخاصة.

صدمني التفاوت الرهيب بين راتب ستانفورد وراتب جامعة كاليفورنيا في البداية، لكن وأنا أقارن العرضين، لم ألتفت إلى الراتب. ورغم عدم احتفاظنا بأي مدخرات وأننا عشنا حينئذ عند حد الكفاف، لم أهتم بالمال كثيرًا. فرؤية ديفيد هامبورج سحرتني، وأردت أن أكون جزءًا من القسم الذي يبنيه. أدركت أن ما أريده في الحياة حقًّا هو التدريس والبحث. إلى جانب أنني أستطيع اللجوء في حالة الطوارئ إلى دعم والدي المالي، إلى جانب دخل مارلين المحتمل. وبعد استشارة مارلين عبر الهاتف، قبلت وظيفة ستانفورد وألغيت رحلتي إلى مستشفى ميندوتا ستيت.

الفصل السابع عشر

الانتقال إلى الشاطئ

في 1964، بعد ثلاث سنوات من العمل في ستانفورد، قررت حضور دورة تدريبية لمدة ثمانية أيام تقدمها المختبرات الوطنية للتدريب عند بحيرة أروهيد في جنوب كاليفورنيا. يشمل البرنامج الكثير من الأنشطة النفسية الاجتماعية، لكن أساسه وسبب انضمامي إليه هو الاجتماع اليومي بمجموعة صغيرة لمدة ثلاث ساعات. وصلت قبل موعد بداية المجموعة ببضع دقائق في صباح أول جلسة، واخترت كرسيًّا من 13 كرسيًّا ضمن الدائرة، ثم نظرت إلى القائدة والواصلين مبكرًا. ورغم أني صاحب خبرة كبيرة في قيادة المجموعات العلاجية وأني شاركت بقوة في أبحاث العلاج الجماعي وتدريسه، فلم أنضم يومًا إلى مجموعة كفرد منها. وحان وقت تغيير ذلك.

لم يتحدث أحد حتى جلس الجميع على مقاعدهم. وفي الساعة 08:30، وقفت القائدة دورثي جاروود -التي تمارس العلاج النفسي في عيادة خاصة وتحمل دكتوراه في علم النفس وأخرى في الكيمياء الحيوية- وعرفتنا بنفسها: «مرحبًا بكم في المختبر الوطني للتدريب ببحيرة أروهيد لعام 1964. هذه المجموعة ستجتمع كل صباح في

التوقيت نفسه لمدة ثلاث ساعات على مدى ثمانية أيام، وأود منكم إبقاء كل ما نقوله وما نعلق به هنا والآن».[1]

بعدها خيَّم صمت طويل. قلت في نفسي: «أهذا كل شيء؟» وتلفت حولي لأرى 11 وجهًا يشع حيرة و11 رأسًا يهتز ارتباكًا. وبعد دقيقة أجاب الأعضاء: «هذا تعريف شديد الضعف».

- أهذه مزحة؟

- لا يعرف أحدنا ولو اسم الآخر.

لم تجب القائدة بأي شيء. وبالتدريج بدأت الحيرة الجماعية في تغذية نفسها:

«مثير للشفقة. أهذه هي القيادة التي حصلنا عليها؟».

- لا داعي للوقاحة. إنها تؤدي عملها. ألا تفهمون أن هذه مجموعة معالجة؟ يجب أن نختبر طريقتنا الشخصية في معالجة الأمور.

- صحيح، لدي حدس -بل وأكثر من مجرد حدس- أنها تقصد بالضبط ما تفعله.

- هذا إيمان أعمى. لا يعجبني الإيمان الأعمى على الإطلاق. الحقيقة هي أننا في حالة تخبط وأين هي؟ إنها لا تفيدنا بكل تأكيد.

تخللت بضع لحظات من السكوت المؤقت تعليقات الأعضاء المتطلعين إلى إجابة قائدتهم. لكنها ابتسمت وظلت صامتة.

أدلى أعضاء آخرون بدلوهم.

- وعلى أي حال، كيف يفترض بنا أن نبقى "هنا والآن" في حين أننا لا يجمعنا تاريخ مشترك؟ لقد التقينا للتو للمرة الأولى.

---

(1) مبدأ "Here and Now" العلاجي، حيث يركز المعالج والمريض على ما يحدث في المكان والزمان القائمين، وترك التفكير في الماضي والمستقبل – المترجم.

- لا أشعر بالارتياح وسط مثل هذا النوع من الصمت.
- نعم، وأنا كذلك. لقد دفعنا مبلغًا محترمًا وها نحن أولاء نجلس دون أن نفعل شيئًا ونضيع الوقت.
- عن نفسي أحب الصمت. الجلوس هنا في صمت معكم يبهجني كثيرًا.
- أنا أيضًا. وأجدني أنزلق إلى حالة تأمل. أشعر بالتركيز والاستعداد لأي شيء.

وفي أثناء مشاركتي في هذا الحوار والتأمل فيه، أدركت فجأة شيئًا، وجعلته لاحقًا جزءًا أساسيًّا في طريقتي لإدارة المجموعات العلاجية. لقد شهدت للتوِّ ظاهرة بسيطة ومهمة للغاية في الوقت نفسه:

تعرض كل أعضاء المجموعة لمثير واحد (في هذه الحالة: طلب القائدة حصر كل التعليقات في "هنا والآن")، واستجاب الأعضاء استجابات مختلفة جدًّا. فنحن أمام مثير واحد مشترك و13 استجابة مختلفة جدًّا. لماذا؟ لا يوجد سوى حل واحد محتمل لهذه الأحجية: هناك 13 عالمًا داخليًّا مختلفًا في هذه الجلسة. وتلك الاستجابات المختلفة قد تكون طريقًا ممهدًا إلى هذه العوالم المختلفة.

ودون مساعدة القائدة، عرَّف كلٌّ منا نفسه وقال شيئًا عن عمله وسبب وجوده هنا. لاحظت أنني الطبيب النفسي الوحيد، فثمة معالج نفسي واحد والباقي معلمون ومتخصصون في العلوم الاجتماعية.

التفت إلى القائدة وحدثتها مباشرة: «أشعر بالفضول تجاه صمتك. أيمكن أن تخبرينا القليل عن دورك هنا؟».

حينها أجابت (باقتضاب): «دوري هو أن أكون القائدة وأتحمل كل المشاعر والخيالات التي يحملها الأعضاء تجاه القادة».

تابعنا عقد الاجتماعات في الأيام السبعة التالية وبدأنا في اختبار علاقاتنا بعضنا ببعض. كان المعالج النفسي المشارك شخصًا شديد الغضب وفي كثير من الأحيان انتقدني لأنني متكبر ومتسلط. وبعد بضعة أيام، ذكر أنه رأى في المنام أن عملاقًا يطارده، وبدا أن هذا العملاق هو أنا. في النهاية أحرزت أنا وهو إنجازًا جيدًا: من ناحيتي بخصوص انزعاجي من غضبه ومن ناحيته بخصوص مشاعره التنافسية التي ثارت بسببي، وتحدثنا عن جزء من عدم الثقة المتبادل بين مهنتينا.

وبما أنني الطبيب الوحيد في المؤتمر، طُلب مني تقديم الرعاية لعضو في مجموعة أخرى أُصيب باستجابة ذهانية بسبب التوتر الناشئ ضمن المجموعة وفي النهاية أودعته المستشفى. هذه النتيجة جعلتني أشد وعيًا لقوة المجموعات الصغيرة: قوة الشفاء وكذلك الإيذاء.

تعرفت على دورثي جاروود جيدًا في وقت لاحق، وبعد سنوات قضيت أنا وهي وزوجها ومارلين إجازة جميلة في ماوي. لم تكن بأي درجة شخصًا متحفظًا، لكن تدريبها في عيادة تاڤيستوك -وهي مركز علاجي وتدريبي كبير في لندن- أكد على بقاء القائد خارج المجموعة واقتصار كل ملاحظاتها على ظواهر المجموعة الجماعية. بعد ثلاث سنوات، بعد قضاء إجازة تفرغ في عيادة تاڤيستوك، اتضح لي الأساس المنطقي لطريقتها القيادية.

حين وصلت أسرتي المكونة من خمسة أفراد إلى بالو ألتو بعد خروجي من الجيش قبل ثلاث سنوات تقريبًا في عام 1962، ركزت أنا ومارلين على العثور على مكان نعيش فيه. كان بإمكاننا شراء منزل في منطقة إسكان أعضاء هيئة التدريس بستانفورد، إلا أننا اخترنا حيًّا أكثر تنوعًا كما فعلنا في هاواي. فاشترينا منزلًا قائمًا منذ 30 عامًا (عتيق بمعايير كاليفورنيا) على بعد 15 دقيقة من الحرم الجامعي. في ذلك

العصر كان الاقتصاد مختلفًا تمامًا. فلم نجد صعوبة في شراء منزل على فدان من الأرض مقابل 32 ألف دولار رغم ضعف دخلي السنوي. وثمنه يبلغ ثلاثة أضعاف دخلي السنوي من ستانفورد. أما الآن فقد تغير اقتصاد بالو ألتو كثيرًا لدرجة أن منزلًا شبيهًا سيكلف 30 إلى 40 ضعفَ راتب أستاذ جامعي شاب. منحني والداي مقدم المنزل البالغ سبعة آلاف دولارٍ، وكانت هذه آخر مرة أقبل منهما مالًا. ولكن حتى بعد أن أنهيت تدريبي وأصبحنا أسرة من ستة أفراد، ظل أبي يصرُّ على دفع فواتير المطاعم. أحببت اعتناءه بي ولم أبدِ إلا معارضة واهية. ثم أحببت كرمه هذا بفعل الشيء نفسه مع أبنائي الكبار (وهم أيضًا لا يبدون إلا معارضة واهية). هذا سبيل من سبل الخلود؛ كثيرًا ما يأتي وجه أبي في بالي وأنا أدفع فاتورة أبنائي (واستطعنا نحن أيضًا تسديد مقدمات منازل أبنائنا).

حين ذهبت إلى العمل أول مرة في قسمي، علمت أنني عُينت مديرًا طبيًّا لجناح كبير في مستشفى إدارة المحاربين القدامى في ستانفورد الجديدة، على بعد 10 دقائق من كلية الطب، وهو مستشفى يعمل بفريق كله من أعضاء هيئة التدريس بستانفورد. ورغم أنني أشرفت على المقيمين ونظمت مجموعات معالجة لطلبة الطب (أي: مجموعة ندرس من خلالها علاقاتنا ببعضنا)، وأُتيح لي الوقت لحضور محاضرات في القسم وندوات بحثية، لم يسعدني العمل في مستشفى إدارة قدامى المحاربين. شعرت أن الكثير من مرضانا -وجميعهم تقريبًا مِمَّن حاربوا في الحرب العالمية الثانية- لم يتقبلوا طريقتي العلاجية. ومن المحتمل بشدة أن المكاسب الثانوية أغرتهم أكثر: رعاية صحية مجانية، سكن وطعام مجاني، ومكان مريح للعيش. ومع اقتراب نهاية العام الأول، أخبرت ديفيد هامبورج أنني أرى القليل من الفرص البحثية المناسبة

لاهتماماتي في هذا المستشفى. وحين سألني عن المكان الذي أودُّ العمل فيه، اقترحت قسم العيادات الخارجية في ستانفورد، مركز البرنامج التدريبي للأطباء المقيمين والمكان الذي أستطيع من خلاله تنظيم برنامج علاج جماعي بغرض التدريب والبحث. وبما أنه راقب عملي وحضر بعضًا من عروضي الكبيرة عن الحالات، وجد في نفسه ثقة كافية فيَّ ووافق على طلبي. ولم أجده قطُّ سوى متعاونٍ وداعم، وبداية من تلك اللحظة ولسنوات كثيرة تالية لم أتحمل أي مسؤوليات إدارية وتمتعت بحرية كاملة تقريبًا للتركيز على اهتماماتي السريرية والتدريسية والبحثية.

في عام 1963، أنهت مارلين رسالة الدكتوراه (بعنوان: موضوع المحاكمة في أعمال فرانز كافكا وألبير كامو) ضمن برنامج الأدب المقارن في جامعة جونز هوبكنز. وسافرت لأداء اختباراتها الشفهية في بالتيمور، ونجحت فيها، وحصلت على درجة الدكتوراه مع مرتبة الشرف. وعادت مع أمل في الحصول على وظيفة في ستانفورد، لكن آمالها تحطمت حين أخبرها رئيس قسم اللغة الفرنسية جون لاب: «لا نعين زوجات أعضاء هيئة التدريس».

وبعدها بجيل، بينما ازداد وعيي بقضايا المرأة، أظن أن مثل هذه الواقعة لو تكررت لتركت الجامعة وسعيت إلى العمل في جامعة غيرها تملك من الحكمة ما يكفي للحكم على مارلين بناءً على كفاءتها وحدها، لكن في عام 1962، لم تخطر ببالي ولا بال مارلين تلك الفكرة على الإطلاق. شعرت بها، وعلمت أنها تستحق العمل في ستانفورد، لكننا تقبلنا الوضع والتفتنا إلى البحث عن بدائل.

بعدها بقليل، تواصل مع مارلين عميد كلية العلوم الإنسانية في جامعة ولاية كاليفورنيا الجديدة بهايوارد. فبعد أن سمع عنها من زميل

له في ستانفورد، أخذ سيارته وجاء إلى منزلنا وعرض عليها العمل أستاذة مساعدة للغات الأجنبية. وبما أن التدريس في هايوارد يتطلب قطع رحلة لمدة ساعة في كل اتجاه أربعة أيام في الأسبوع، وهو ما تفاوضت مارلين بشأنه على مدى الأعوام الـ13 التالية. بلغ أجر مارلين بأسره ثمانية آلاف دولار، أي أقل بـ 3 آلافٍ من راتبي بستانفورد. إلا أن مجموع الراتبين أتاح لنا معيشة مريحة في بالو ألتو، وتحمل تكلفة خادمة بدوام كامل وكذلك الكثير من الرحلات الخالدة في الذاكرة. حظيت مارلين بمسار مهني مُرْضٍ في جامعة ولاية كاليفورنيا، وترقت بعد فترة قصيرة إلى أستاذة مشاركة دائمة وبعدها اكتسبت الأستاذية الكاملة.

على مدى 15 عامًا في ستانفورد، عملت بعمق في العلاج الجماعي بصفتي طبيبًا ومعلمًا وباحثًا ومؤلفًا. وأسست مجموعة علاجية في العيادة الخارجية راقبها طلبتي و12 طبيبًا مقيمًا في عامهم الأول عن طريق مرآة عاكسة، تمامًا كما راقبت أنا مجموعة جيري فرانك وأنا طالب. في البداية شاركت في قيادة المجموعة مع أعضاء هيئة التدريس الآخرين، إلا أنني بدأت عادة تقاسم القيادة مع طبيب مقيم في قسم الطب النفسي لمدة عام ثم استُبدِل به طبيب مقيم آخر.

تطور نهجي بثبات ليصبح نوعًا من القيادة يغلب عليه الصبغة الشخصية ويتسم بالشفافية، مع الابتعاد عن النمط الاحترافي المتحفظ. وبما أن جميع أعضاء المجموعة من أهل كاليفورنيا الذين يتعاملون بشكل غير رسمي وينادون بعضهم بعضًا بالاسم الأول، شعرت أن من الغريب أن أناديهم باسم العائلة أو أن أناديهم باسمهم الأول وينادوني بـ «دكتور يالوم»، فأخذت خطوة صادمة وطلبت من المجموعة مناداتي بـ «إرف». ولكنني ظللت سنوات طويلة أتمسك بهويتي المهنية عن

طريق ارتداء معطف المستشفى الأبيض ككل الطاقم الطبي في مستشفى ستانفورد. في النهاية، تخليت عن ذلك، وأصبحت أومن أن ما يهم في العلاج هو الأمانة الشخصية والشفافية، وليس السلطة المهنية (لم أتخلص قطُّ من هذا المعطف، بل هو معلق في نهاية خزانة المنزل: شاهد على هويتي الطبية). ومع أنني خلعت معداتي المهنية، لا أزال متمسكًا باحترامي وقسم أبقراط، بما يتضمن من بنود مثل: «أن أمارس مهنتي بضمير واعتزاز» و«أن تكون صحة مرضاي أهم أولوياتي».

بعد كل جلسة علاج جماعي، أُملي تلخيصًا شاملًا لفهمي وتوجيهاتي (أكرمتني ستانفورد بتوفير سكرتير خاص بي). وفي مرحلة ما خطر ببالي -ولا أذكر الدافع بالضبط- أن المرضى قد يستفيدون بقراءة ملخصي عن الجلسة وتأملاتي بعد فض الجلسة. وأنتج ذلك تجربة جريئة غير معهودة على صعيد الشفافية في العلاج: في اليوم التالي لكل جلسة، أرسلت بريدًا إلكترونيًّا إلى جميع الأعضاء يحوي نسخةً من ملخص المجموعة. ووضعت في كل ملخص القضايا الرئيسة التي ثارت في الجلسة (موضوعين أو ثلاثة في العادة) ومشاركة كل عضو وسلوكه. كما أضفت تعليقات عن الأشياء التي تمنيت لو قلتها في حينها أو الأشياء التي ندمت على قولها.

في كثير من الأحيان بدأت الجلسة بنقد الأعضاء لملخص الجلسة السابقة. ففي بعض الأحيان اختلف الأعضاء مع ما كتبته، ونبه بعضهم على أشياء غابت عنه، لكن الثابت أن الجلسة بدأت بطاقة أعلى وتفاعل أكثر من ذي قبل. وجدت هذا الإجراء مفيدًا، فأبقيت عليه طوال مدة قيادتي للمجموعات المختلفة. وحين شاركني طبيب مقيم آخر في قيادة المجموعة، كان يكتب الملخص مرة كل أسبوعين، إذ لزم كتابة الملخص وقت طويل وتأمل في الذات، لكن على حدٍّ معرفتي لم يحذُ حذوي إلا

القليل جدًّا من المعالجين الآخرين في أنحاء البلاد. ومع انتقاد الكثير من المعالجين انكشافي أمام مرضاي، فلا أذكر مرة واحدة لم يستفد فيها المريض بمشاركتي أفكاري ومشاعري الشخصية معه. فلماذا يسهل عليَّ البوح بهذه الطريقة؟ من ناحية اخترت ألَّا أنضم إلى أي تدريب بعد التخرج، لا في مؤسسات تلتزم بمدرسة فرويد ولا يونج ولا لاكان في التحليل، بل ظللت متحرِّرًا من القواعد الحاكمة وأتحرك بحسب النتائج وحدها، وقد اعتنيت بمراقبتها من كثب. ولعل هذا أثر لوجود بعض المشكلات القديمة: نزعتي الأصيلة لتحطيم الأصنام (التي كانت واضحة في رد فعلي المبكر على المعتقدات والطقوس الدينية)، وتجربتي الشخصية السلبية في التحليل مع محللة متحفظة ولا تُظهر شخصيتها، والأجواء التي يغلب عليها الطابع التجريبي في قسمي الصغير الذي يشرف عليه رئيس متفتح الذهن.

ولم تكن اجتماعات القسم الأسبوعية أمرًا هينًا. لذا حضرت دائمًا ولم أتحدث إلا نادرًا. فلم تُثر اهتمامي أيُّ المواضيع المطروحة: التمويل، والحصول على المنح، والمخصصات أو الخلاف على المساحة، والعلاقات مع الأقسام الأخرى، وتقارير العمداء. وما أهمني حقًّا هو الاستماع إلى ديڤ هامبورج يتحدث. فكم أُعجبت بتأملاته العميقة، وطرقه في حل النزاعات، وفوق كل شيء قدراته البلاغية العجيبة. أحب الكلمات المنطوقة كما يحب الآخرون الأداء الموسيقي، وأفتتن بكلمات المتحدثين الموهوبين.

بدا واضحًا أنني لا أملك أيَّ مهارات إدارية، ولم أتطوع لمهمة على هذه الشاكلة أو أُعين مسؤولًا عن شيء قطُّ. بصراحة، كل ما رغبت فيه هو تركي وشأني لأنجز أبحاثي وكتابتي وعلاجي وتدريسي. وفورًا بدأت في المساهمة بمقالات في الدوريات المحترفة؛ هذا هو المجال الذي

أشعر أني أستطيع الإضافة إليه. أتساءل أحيانًا هل تظاهرت بالعجز الإداري؟ من المحتمل أيضًا أنني شعرت بالعجز أمام منافسة الشباب الأكثر حماسًا في القسم، الذين كانوا يتنافسون على السلطة والتميز.

قررت حضور مؤتمر بحيرة أروهيد لا لتجربة المشاركة كعضو في المجموعة فحسب، بل كذلك لتعلم قدر ما يمكن عن «مجموعة التدريب» وهي مجموعة مهمة غير طبية ظهرت في الستينيات واكتسحت البلاد (والتدريب هنا يعني تطوير المهارات على صعيد العلاقات مع الآخرين وعلى صعيد ديناميكيات المجموعة).

ولم يكن مؤسسو هذا النهج -أي: قادة جمعية التعليم الوطني- من الأطباء وإنما من دارسي ديناميكيات المجموعات الذين رغبوا في تغيير مواقف الأفراد وسلوكياتهم في المنظمات المختلفة، وبعدها استهدفوا مساعدة الأفراد على التحلي بحساسية أشد تجاه الآخرين. وقد عقدت منظمتهم -مختبرات التدريب الوطنية- NTL ندوات أو مختبرات اجتماعية استمرت لعدة أيام في بيثيل وبليموث في ولاية مين، وفي وقت لاحق عقدت الندوة التي حضرتها في كاليفورنيا عند بحيرة أروهيد.

وتألف المختبر NTL من الكثير من الأنشطة: مجموعات بناء المهارات الصغيرة، ومجموعات النقاش وحل المشكلات، ومجموعات بناء الفريق، والمجموعات الكبيرة. لكن أصبح من الواضح بعد فترة قصيرة أن مجموعات التدريب الصغيرة -التي يبدي خلالها المشاركون تعليقاتهم فورًا- هي أشد التدريبات حيوية وإثارة بكثير.

مع مرور السنين، توسعت مجموعات NTL بالتدريج نحو الغرب ومع دخول كارل روجرز المجال، نقلت مجموعة التدريب تركيزها على تغيير شخصية الأفراد. «تغيير الشخصية»؟ تبدو كالعلاج النفسي إلى حد كبير، أليس كذلك؟ لقد شُجِّع المشاركون على تقديم تعليقاتهم

واستقبال تعليقات الآخرين، وأن يشاركوا بالمراقبة، وأن يتحلوا بالصدق، ويقدموا على المخاطرة. وفي النهاية، تحوَّلت الروح العامة في المجال إلى نوع من العلاج التحليلي، إذ سعت المجموعات إلى تغيير المواقف والسلوكيات وتحسين العلاقات بين الأشخاص، ولم يمر وقت طويل قبل أن يسمع المرء بكثرة شعارات مثل: «العلاج النفسي أفضل من أن يُقصر على المرضى». تحولت مجموعة التدريب إلى شيء جديد: «علاج جماعي للمعافين».

وليست مفاجأة أن هذا التطور اللاحق أخاف الأطباء النفسيين كثيرًا، الذين رأوا في أنفسهم أصحاب العلاج النفسي واعتبروا المجموعات الأخرى نوعًا وحشيًّا وغير مشروع من العلاج النفسي يتعدى على منطقة نفوذهم. أما مشاعري فاختلفت عنهم تمامًا. فمن ناحية، بهرتني المنهجية البحثية لمؤسسي هذا المجال. فمن أول الرواد هو العالم المتخصص في العلوم الاجتماعية كورت لوين، صاحب المقولة المشهورة: «لا بحث دون فعل، ولا فعل دون بحث» التي ولدت كمًّا ضخمًا ومعقدًا من البيانات التي أجدها أكثر إثارة للاهتمام من أبحاث المجموعات العلاجية القائمة على أساس طبي.

ومن أهم ما استفدت من تجربتي في مجموعة بحيرة أروهيد هو التركيز التام على مبدأ «هنا والآن»، وبدأت في تنفيذ هذا بقوة في عملي. وكما تعلمت في هذه التجربة أنه ليس من الكافي أن آمر أعضاء المجموعة بالتركيز على «هنا والآن»، بل يجب أن أقدم لهم الأساس المنطقي وخارطة الطريق لذلك. ومع الوقت صغت كلمة تمهيدية قصيرة ألقيها على المرضى قبل إدخالهم المجموعة، وأؤكد من خلالها على أن الكثير من المشكلات التي يواجهونها في علاقاتهم مع الآخرين ستظهر في المجموعة، ومن ثم تسنح لهم فرصة مذهلة لتعلم المزيد

عن أنفسهم وإحداث تغيير. تلا ذاك (وقد أعدت هذا أكثر من مرة) أن مهمتهم في المجموعة هي فهم كل ما يمكنهم عن علاقتهم بكل مريض في المجموعة ومع قادة المجموعة. وقد وجد الكثير من الأعضاء عمومًا بعض جوانب التمهيد محيرة، وكثيرًا ما أبدوا اعتراضًا على أن مشكلتهم إنما هي مع مديرهم أو شريك حياتهم أو أصدقائهم أو مع الغضب، ومن غير المنطقي التركيز على علاقاتهم مع أعضاء المجموعة لأنهم لن يروا هؤلاء الأشخاص في المستقبل أبدًا.

وردًّا على هذه الأسئلة الشائعة، شرحت لهم أن المجموعة عبارة عن مجتمع مصغر، وأن المشكلات التي تظهر في المجموعة العلاجية تحاكي أو تمثِّل أنواع المشكلات العلاقاتية التي أتت بهم إلى العلاج النفسي من الأساس. وتعلمت أن تلك الخطوة مهمة للغاية. وبعدها أجريت ونشرت بحثًا يثبت أن المرضى الذين تلقوا تمهيدًا فعَّالًا للعلاج الجماعي حققوا نجاحًا أكبر بكثير في العلاج النفسي ممن لم يتلقوا مثل هذا التمهيد.

ظللت على ارتباطي بحركة مجموعة التدريب لعدة سنوات، وكنت جزءًا من أعضاء هيئة تدريس ورش العمل في مختبرات التدريب الوطنية بمدينة لينكون - نيوهامبشر، إلى جانب ورشة عمل لمدة أسبوع للمديرين التنفيذيين في ساندسكي بأوهايو. حتى هذا اليوم، أشعر بالامتنان لرواد مجموعة التدريب الذين أروني طريق قيادة مجموعات العلاقات التفاعلية والبحث فيها.

بالتدريج على مدار السنوات، صممت برنامجًا تدريبيًّا مركِّزًا على العلاج الجماعي للأطباء المقيمين في أقسام الطب النفسي، يتألف من عدة أجزاء: محاضرة أسبوعية، والملاحظة، والنقاش بعد المجموعة لكل جلسة جماعية أسبوعية، وأخيرًا المشاركة في مجموعة معالجة شخصية أسبوعية أدرتها أنا مع أحد زملائي.

كيف استجاب الأطباء في عامهم الأول من فترة الإقامة المثقلين بأعباء العمل لقضاء هذا القدر من الوقت في تعلم العلاج الجماعي؟ بالكثير من التذمر. وقاوم بعض المقيمين المشغولين على وجه التحديد قضاء ساعتين كل أسبوع في ملاحظة مجموعتي، وكثيرًا ما أتوا متأخرين أو غابوا تمامًا. لكن مع مرور الأسابيع، حدثت ظاهرة مفاجئة: مع تزايد شدة تفاعل أعضاء المجموعة مع بعضهم بعضًا وتزايد المخاطرات التي يأخذونها، تزايد اهتمام الطلبة أكثر بالأحداث الدرامية التي تحدث أمامهم ومن ثم ارتفع معدل الحضور كثيرًا. وبعد فترة قصيرة أطلقوا على المجموعة اسم «بيتون بليس يالوم» (إشارة إلى عرض مسلسل تلفزيوني طويل كان يُعرض في الستينيَّات). أعتقد أن الأثر كان شبيهًا بالاستغراق في قصة أو رواية جيدة البناء، ورأيت أن حماس المعالجين لرؤية ما سيحدث تاليًا علامة مشجعة. وحتى الآن، بعد نصف قرن من الممارسة، أتطلع عمومًا إلى كل جلسة جديدة، سواء الجلسات الفردية أو الجماعية، مع تشوق لمعرفة ما سيحدث من مستجدات جديدة. ولو غاب هذا الشعور، ولو دخلت جلسة ولم أشعر إلا بالقليل من التشوق، أتخيل أن المريض سيحس بمشاعر مشابهة وأبذل جهدًا لمواجهة ذلك وتغييره.

ما الآثار التي تركتها ملاحظة الطلبة على المرضى؟ شغلني هذا السؤال الكبير كثيرًا وأنا ألاحظ توتر أعضاء المجموعة حين وقف الطلبة خلف المرآة. حاولت طمأنة المرضى أن طلبة الطب النفسي مقيدون بالقواعد السرية نفسها التي يتقيد بها الأطباء المحترفون، إلا أن ذلك لم يساعد كثيرًا. ثم أجريت تجربة: حاولت تحويل الوجود المزعج للمراقبين إلى شيء إيجابي. طلبت من أعضاء المجموعة والطلبة أن يبدلوا أماكنهم لمدة عشرين دقيقة بعد نهاية الجلسة. وبهذا راقب أعضاء المجموعة

من غرفة الملاحظة المناقشة التي أعقدها بعد المجموعة مع الطلبة. جلبت هذه الخطوة الحيوية فورًا إلى عملية العلاج والتدريس على حد سواء. أنصت أعضاء المجموعة باهتمام حقيقي لملاحظات الطلبة عليهم، وأحس الطلبة وكأنهم تحت تدقيق شديد دفعهم إلى الانتباه أكثر خلال ملاحظتهم للمجموعة. في النهاية، أضفت خطوة جديدة: أحس أعضاء المجموعة بالكثير من المشاعر تجاه تعليقات المراقبين وتجاه المراقبين أنفسهم (الذين غالبًا ما حكم عليهم بأنهم أكثر توترًا من أعضاء المجموعة أنفسهم) لدرجة أنهم أرادوا وقتًا إضافيًا لمناقشة ملاحظاتهم على المراقبين. لذلك أضفت 20 دقيقة عاد فيها الطلبة لغرفة المراقبة والمرضى إلى غرفة المجموعة وناقشنا تعليقات المراقبين. أدرك أن هذا استهلاك كبير جدًّا للوقت في حالة الممارسة اليومية، لكنني رأيت أن هذا الشكل زاد بشدة فاعلية كل من مجموعة العلاج والتدريس.

كل هذا كان جديدًا تمامًا. وفي ذلك الوقت شعرت بالامتنان لأنني لم أكن عضوًا في إحدى المدارس العلاجية التقليدية. إذ أطلقت العنان لنفسي لابتكار أساليب جديدة وتعلمت ما يكفي عن البحث في النتائج لاختبار افتراضاتي. وعند تأمل الماضي، أجد نفسي متفاجئًا من نفسي. فقد يشعر العديد من المعالجين المخضرمين بعدم الارتياح تجاه خضوع عملهم العلاجي للمراقبة، إلا أنني شعرت بارتياح تام. هذه الثقة لا تتطابق مع رؤيتي الداخلية لنفسي، ففي مكان ما بداخلي هناك مراهق وشاب قلق وغير مرتاح ومتشكك في نفسه. أما بصدد العلاج النفسي، وبخاصة العلاج الجماعي، فقد أصبحت مرتاحًا تمامًا لخوض المخاطر والاعتراف بالأخطاء. كنت قلقًا بعض الشيء من هذه الابتكارات، لكنني اعتدت القلق منذ زمن وتعلمت أن أتحمله.

بمناسبة عيد ميلادي الثمانين، أقمت حفلَ لمٍّ شمل في منزلي، ودعوت جميع الأطباء الذين كانوا مقيمين في تلك السنوات الأولى في جامعة ستانفورد. تحدث العديد منهم عن تجربتهم في التدريب على العلاج الجماعي وعلقوا على أنه خلال الدورة التدريبية بأكملها كانت مجموعتي هي الفرصة الوحيدة على الإطلاق لمشاهدة طبيب كبير يعمل بشكل مباشر. بالطبع ذكرني هذا بتدريبي في هوبكنز وبتلك النافذة الزجاجية الصغيرة التي شاهدنا من خلالها مجموعة علاجية. لذلك أشكر جيري فرانك.

لا يحصل أعضاء هيئة التدريس في الجامعات على ترقيات بسبب التدريس. فالمقولة القديمة «انشر أو اندثر» ليست مزحة، بل حقيقة من حقائق الحياة في الأوساط الأكاديمية. قدمت لي المجموعات العشرون في برنامج العيادات الخارجية فرصة ممتازة للبحث والنشر. لقد درست كيف يمكن للمعالجين إعداد المرضى على أفضل وجه للعلاج الجماعي، وكيفية تشكيل المجموعات، ولماذا ينسحب بعض الأعضاء من المجموعات في وقت مبكر، وما أكثر العوامل العلاجية فاعلية.

مع استمراري في تدريس العلاج الجماعي، أدركت أن هناك حاجة ماسة إلى مرجع شامل، وأن بالإمكان دمج كل خبراتي -من المحاضرات، والبحوث، والابتكارات العلاجية- في مرجع. وبعد بضع سنوات من عملي في جامعة ستانفورد، بدأت في وضع الخطوط العريضة لهذا الكتاب.

خلال هذه الفترة، تمتعت بعلاقة قوية مع معهد أبحاث الأمراض العقلية (MRI)، وهو عبارة عن مجموعة من الأطباء والباحثين المبتكرين من أمثال جريجوري باتيسون، ودون جاكسون، وبول واتزلاويك، وجاي هالي، وفيرجينيا ساتير. وعلى مدار عام كامل، قضيت كل يوم جمعة بطوله في دورة للعلاج الأسري المشترك تدرسها فيرجينيا ساتير،

وهناك اكتسبت احترامًا لفعالية العلاج الأسري، وهو الشكل الذي يجتمع فيه جميع أفراد الأسرة مع المعالج. في ذلك الوقت، كان العلاج الأسري المشترك أكثر انتشارًا مما هو عليه اليوم، وكنت أعرف ما لا يقل عن 12 معالجًا في بالو ألتو وحدها يمارسون العلاج الأسري حصرًا.

كنت أعالج مريضًا يعاني التهاب القولون التقرحي وطلبت من دون جاكسون أن يشاركني في قيادة عدة جلسات عائلية. ونشرنا معًا ورقة بحثية حول النتائج التي توصلنا إليها. وخلال العام التالي، اجتمعت بالعديد من العائلات في جلسات العلاج، ولكن في النهاية وجدت العلاج الفردي والجماعي أكثر إثارة للاهتمام. لم أقم بأي علاج أسري منذ ذلك الحين، على الرغم من أنني كثيرًا ما أرشحه لمرضاي. من أعضاء معهد أبحاث الأمراض العقلية كذلك جريجوري باتسون، عالم الأنثروبولوجيا الشهير وأحد المنظِّرين لنظرية «الارتباط المزدوج» المفسرة للفُصام. كان باتيسون حكَّاء لا يُنسى، وكان يعقد محادثات مفتوحة في منزله مساء كل ثلاثاء، وكثيرًا ما حضرت تلك المحادثات واستمتعت بها بشدة.

من المجالات الأخرى التي أثارت اهتمامي خلال سنواتي الأولى في جامعة ستانفورد مجال «الاضطرابات الجنسية»، الذي تعرفت عليه خلال فترة إقامتي عندما عملت مع مرتكبي الجرائم الجنسية في مؤسسة باتوكسنت. في جامعة ستانفورد، قدمت المشورة بانتظام خلال عطلات نهاية الأسبوع لمرتكبي الجرائم الجنسية المسجونين في مستشفى أتاسكاديرو الحكومي، وعلى مدى السنوات العديدة التالية اجتمعت في عيادتي بعدد من المرضى محبي التلصص أو الاستعراض أو ممن يعانون شكلًا آخر من أشكال القهر أو الهوس الجنسي المزعج. وكثيرًا ما كنت أعالج رجالًا يعانون في حياتهم الجنسية، وأصبحت الآن أفهم أنهم كانوا يعانون بشكل رئيس نظرة المجتمع لهم. وقد قدمت عرضًا

في جامعة ستانفورد حول جزء من عملي مع هؤلاء المرضى، وبعد ذلك مباشرة، سألني جراح التجميل دون لوب من قسم الجراحة في جامعة ستانفورد عن رغبتي في العمل بصفتي مستشارًا لبرنامج جديد أطلقه مع عدد من المرضى المتحولين جنسيًّا الذين يطلبون تغيير نوعهم جراحيًّا. في ذلك الوقت، لم تكن مثل هذه الجراحة تُجرى في الولايات المتحدة، وكان المرضى الراغبون في تغيير نوعهم يُجرون تلك الجراحة إما في تيخوانا وإمَّا في الدار البيضاء.

وعلى مدى الأسابيع القليلة التالية أحال إلى قسم الجراحة نحو 10 مرضى لإجراء تقييم ما قبل الجراحة. ولم يكن أيٌّ من هؤلاء المرضى يعاني اضطرابات عقلية خطيرة، وقد أذهلني مدى قوة وعمق دوافعهم لتغيير نوعهم. وكان أغلبهم من الفقراء الذين عملوا لسنوات طويلة من أجل توفير المال اللازم لإجراء الجراحة. وكانوا جميعًا ذكورًا يرغبون في التحول إلى إناث، فحينها لم يكن الجراحون يعرضون إجراء جراحة تحويل الإناث إلى ذكور وهي أصعب بكثير. وقد استعان قسم الجراحة باختصاصي خدمة اجتماعية لقيادة مجموعة ما قبل الجراحة التي تقدم التدريب على أساليب تصرف الإناث. وقد حضرت إحدى الحصص التدريبية حيث جلس المرضى عند طاولة مرتفعة وألقى المدرب عملات معدنية في حجر كل واحد منهم لتدريبهم على المباعدة بين أرجلهم لإبقاء العملات المعدنية على التنورة، بدلًا من ضم الركبتين بشكل انفعالي كما يفعل الذكور عادة[1].

كان المشروع سابقًا جدًّا لعصره، لكنه واجه مشكلات بعد بضعة أشهر، حيث أصبح أحد المرضى بعد الجراحة راقصًا متعريًّا في ملهى

(1) الفرق أن الرجل يرتدي عادة سروالًا، فلو باعد بين ركبتيه لسقط ما في حجره، أما من ترتدي تنورة، فهي تمسك ما في حجرها ببسط قماش التنورة – المترجم.

ليلي وأعلن عن نفسه بأنه من ابتكارات مستشفى ستانفورد، وحاول آخر مقاضاة المستشفى بتهمة الاعتداء بعد إزالة أعضائه التناسلية الذكرية. وأُغلق المشروع، ومرت سنوات عديدة قبل أن تعرض ستانفورد مرة أخرى إجراء مثل هذه الجراحة.

تزامنت السنوات الخمس الأولى من استقرار أسرتي في بالو ألتو -من عام 1962 إلى عام 1967 - مع بداية حركات الحقوق المدنية، ومناهضة الحرب، والهيبي، وثقافة البيتنيك، وكلها انطلقت من منطقة خليج سان فرانسيسكو. ودشن الطلاب حركة حرية التعبير في بيركلي، وتوافد المراهقون الهاربون إلى هايت أشبيري في سان فرانسيسكو. أما ستانفورد التي تبعد 30 ميلًا، فقد ظلت الأمور فيها هادئة نسبيًا. عاشت جوان بيز[1] في منطقتنا، وشاركت مارلين ذات مرة في مظاهرة مناهضة للحرب معها. وأشد ذكرياتي وضوحًا عن هذه الفترة هي حضور حفل ضخم لبوب ديلان في سان خوسيه، حيث فاجأتنا جوان بيز بالصعود على المسرح لأداء بعض الأغاني. وأصبحت بعدها من أشد المعجبين بجوان بيز بقية حياتي، وسعدت كثيرًا بعد سنوات عندما سنحت لي فرصة الرقص معها بعد واحد من عروضها في أحد المقاهي.

وكغيري، صدمت عندما علمنا بخبر اغتيال جون ف. كنيدي في عام 1963. فقد حطم هذا الخبر الصورة التي كانت سائدة في بالو ألتو بأن حياتنا السلمية لن تتأثر بمصائب العالم الخارجي، واشترينا أول جهاز تلفاز لنشهد الأحداث المحيطة بوفاة كنيدي وصلاة التأبين. لقد تجنبت كل المعتقدات والممارسات الدينية، ولكن في هذه الواقعة، شعرت مارلين بالحاجة إلى المجتمع والطقوس، فأخذت إيڤ أكبر أطفالنا

(1) مغنية فلكلورية وكاتبة غنائية وموسيقية وكذلك ناشطة بارزة في مجالات حقوق الإنسان والسلام والعدالة البيئية - المترجم.

البالغة ثماني سنوات وريد البالغ سبع سنوات إلى الصلاة في كنيسة ستانفورد التذكارية. ولأننا لم نتخلص تمامًا من جاذبية المراسم، فقد كنا نقيم دائمًا عشاء عيد الفصح في منزلنا مع العائلة والأصدقاء. وبما أنني لم أتعلم العبرية مطلقًا، اعتدت أن أطلب من أحد الأصدقاء قراءة الصلوات الاحتفالية.



صورة عائلية عام 1975م

وعلى الرغم من ذكرياتي غير السارة في طفولتي، ظللت أفضِّل نوع الطعام الذي نشأت عليه: المطبخ اليهودي في أوروبا الشرقية مع الامتناع عن تناول لحم الخنزير، وذلك على عكس مارلين. ولذلك كلما سافرت خارج المدينة، علم الأطفال أن أمهم ستقدم لهم شرائح لحم الخنزير. وظللت متمسكًا أيضًا ببعض الطقوس الاحتفالية. فقد ختنت أولادي، ثم أقمت وليمة احتفالية مع الأصدقاء والعائلة. أما ريد -أكبر أولادي الثلاثة- فاختار إقامة حفل بار متسفا لنفسه. وبالإضافة إلى

هذه التقاليد اليهودية القليلة، كنا نشتري أيضًا شجرة عيد الميلاد، ونملأ الجوارب للأطفال، ونقيم وليمة كبيرة في يوم عيد الميلاد.

كثيرًا ما سُئلت هل افتقاري إلى الإيمان الديني يشكل أزمة في حياتي أو في ممارستي للطب النفسي؟ وإجابتي دائمًا بالنفي. وأولًا، لا بد أن أنوه إلى أنني «غير متدين» ولست «رافضًا للدين». ولم يكن موقفي غريبًا بأي حال من الأحوال، فبالنسبة إلى الغالبية العظمى من مجتمعي في جامعة ستانفورد وزملائي في الطب النفسي، لم يلعب الدين دورًا يذكر في حياتهم. وحين أمضي بعض الوقت مع أصدقائي المتدينين القلائل (مثل: داجفين فولسدال، صديقي الفيلسوف النرويجي الكاثوليكي)، أشعر دائمًا باحترام هائل لعمق إيمانهم، وأميل إلى القول بأن آرائي العلمانية لا تؤثر تقريبًا على ممارستي للعلاج. ولكن يجب أن أعترف أنه في خلال سنوات ممارستي للطب النفسي، لم يطلب مساعدتي سوى حفنة قليلة من المتدينين، وأن أكثر تعاملاتي مع المتدينين تأتي في سياق عملي مع المرضى المحتضرين، وفي كل حالة أرحب بأي معتقد ديني يجلب للمريض الراحة وأدعمه.

رغم أنني خلال الستينيَّات كنت منغمسًا في العمل وبعيدًا تمامًا عن السياسة، لم أقدر على منع نفسي من ملاحظة التغيرات الثقافية. إذ بدأ طلبة الطب والمقيمون في قسم الطب النفسي في ارتداء الصندل بدلًا من الحذاء «اللائق»، وازداد شعرهم طولًا وشعثًا سنة بعد سنة. كما جلب لي أكثر من طالب هدايا من خبز خبزه بنفسه. وتسللت الماريجوانا حتى حفلات أعضاء هيئة التدريس، وتبدلت الأعراف الجنسية بحدة.

كنت أشعر بالفعل أنني جزء من الحرس القديم حين أتت هذه التغيرات وشعرت بالصدمة حين رأيت الطلبة المقيمين يرتدون بناطيل حمراء منقوشة أو أي زي صارخ. لكن هكذا هي كاليفورنيا، ولا يوجد

شيء يمكنه إيقاف مثل هذا التغيير. بالتدريج لنت، وتوقفت عن ارتداء ربطات العنق، واستمتعت بالماريجوانا في بعض حفلات أعضاء هيئة التدريس، حيث كنت أرتدي أيضًا بنطالًا واسعَ الأرجل.

خلال الستينيات، انشغل أطفالنا الثلاثة -إذ لم يولد بنجامين إلا في 1969 - بدراما حياتهم اليومية. فقد التحقوا بالمدارس العامة المحلية التي تقع على مسافة قريبة من منزلنا، وكوَّنوا صداقات، وتلقوا دروس العزف على البيانو والجيتار، ولعبوا التنس والبيسبول، وتعلموا ركوب الخيل، وانضموا إلى فريق بلو بيردز و4 إتش لتنمية الأطفال، وبنوا حظيرة لمعزتين صغيرتين في الفناء الخلفي لمنزلنا. وكان أصدقاؤهم الذين يسكنون في منازل أصغر يأتون إلى منزلنا للعب. وكان منزلنا قديمًا من الجص على الطراز الإسباني وله باب محاط بأزهار الجهنمية البنفسجية الزاهية وفناء به بركة صغيرة ونافورة. كما ملأت الممر الرئيس المؤدي إلى الطريق شجرة ماجنوليا ساحرة اعتاد الأطفال الصغار اللعب بدراجاتهم حولها. واحتوى حينا على ملعب للتنس على بُعد نصف مجمع سكني من المنزل، حيث لعبت هناك مرتين في الأسبوع مباريات ثنائية مع جيراني أو مع أولادي الثلاثة بعدما كبروا.

في يونيو من عام 1964، زرنا عائلتي في واشنطن. كنا في منزل أختي مع أطفالنا الثلاثة وجاء والدي ووالدتي بسيارتهما. جلست على الأريكة وفي حجري ابنتي إيڤ وابني ريد وابني ڤيكتور يلعب مع ابن عمه هارڤي على الأرض في مكان قريب. أخبرني والدي -وكان جالسًا على كرسي مبطن مجاور- أنه يعاني صداعًا، وبعد دقيقتين فجأة



صورة عائلية

وبلا كلام فقد وعيه وسقط على الأرض. لم أشعر بنبضه. أتى صهري طبيب القلب بحقنة أدرينالين من حقيبته الطبية، وحقنت الأدرينالين في قلب والدي، ولكن دون جدوى. ولم أتذكر إلا بعدها أنه قبل فقدان الوعي رأيت عينيه ثابتتين عند الجهة اليسرى، مما يشير إلى إصابته بسكتة دماغية في الجانب الأيسر من دماغه وليس سكتة قلبية. هرعت أمي إلى الغرفة وتشبثت به. يمكنني حتى هذه اللحظة سماع صراخها مرة بعد مرة «مينيه تايريهل، باريل» («حبيبي بن»). انهمرت دموعي. شعرت بالذهول وانفعلت بعمق: هذه أول مرة أشهد مثل هذه الرقة من أمي، وأول مرة أدرك قدر الحب الذي بينهما. حين أتت وحدة الطوارئ، أتذكر أن أمي كانت لا تزال تبكي، إلا أنها قالت لأختي ولي: «خذا محفظته». تجاهلنا طلبها، وانتقدنا تركيزها على المال في موقف كهذا. لكنها كانت محقة؛ بالطبع اختفت محفظته وبطاقاته وماله في سيارة الإسعاف ولم نرها مجددًا.

رأيت جثثًا من قبل -جثة التشريح في السنة الأولى من كلية الطب وفي دورات علم الأمراض في المشرحة- لكن هذه أول مرة أرى فيها جثة شخص أحبه. ولن يتكرر ذلك لسنوات بعدها حتى وفاة رولو ماي. أقيمت جنازة أبي في مقبرة في أنكوستيا بولاية ماريلاند، وبعد انتهاء الصلاة ألقى كل فرد من أفراد الأسرة بمجرفة تراب على نعشه. وبينما كنت أفعل ذلك، شعرت بالدوار، فأمسك صهري بذراعي وثبتني حتى لا أسقط في القبر. مات أبي كما عاش: بهدوء ودون إزعاج. وحتى يومنا هذا، لا أزال أشعر بالندم لأنني لم أعرفه معرفة أقرب. وعندما عدت للمقبرة وسرت ذهابًا وإيابًا بين صفوف شواهد القبور التي يرقد بينها أبي وأمي وكامل مجتمعهما من بلدة سييلز اليهودية، اعتصر الألم قلبي بسبب الهوة التي فصلت بيني وبينهما وكل الكلام الذي لم يُقل.

في بعض الأحيان، عندما تصف مارلين ذكرياتها الرقيقة عن نزهاتها في الحديقة ممسكة بيد والدها، أشعر بالحرمان والغبن. أين ذهبت نزهاتي واهتمام والدي؟ ظل والدي يعمل بجد طوال حياته، وكان يفتح بقالته حتى الساعة العاشرة مساءً خمسة أيام في الأسبوع وحتى منتصف الليل يوم السبت، ولم يجد فراغًا سوى في يوم الأحد. وذكرياتي الدافئة تنحصر في الوقت الذي أمضيته مع والدي نلعب الشطرنج كل يوم أحد. أتذكر أنه سُر دائمًا بلعبي، حتى حين بدأت في التغلب عليه في سن العاشرة أو الحادية عشرة. وعلى عكسي، لم ينزعج ولو مرة من خسارة المباريات. ولعل هذا هو السبب في مشاركتي طوال عمري في لعب الشطرنج. لعله ترك لي بقايا اتصال بأبي المجتهد الرفيق الذي لم يسمح له الأجل برؤيتي وأنا بالغ ناضج.

حين مات أبي، كنت في بداية حياتي بستانفورد. حينئذ، لا أظن أنني قدرت حظي الفائق حق قدره. لقد حصلت على عمل في جامعة عظيمة،

وعملت باستقلالية كاملة، وعشت في مكان مبارك بأفضل جو في العالم. لم أرَ الثلج بعدها (إلا في منتجعات التزلج). وتمتعت بأصدقاء -أغلبهم زملائي في ستانفورد- يتميزون بلين الجانب والاستنارة. ولم أسمع منذ ذلك الحين قطُّ أي عبارة معادية للسامية. ورغم أننا لم نكن من الأثرياء، شعرت أنا ومارلين أن بإمكاننا فعل أي شيء نريده. وفضلنا الترويح عن أنفسنا في باجا بولاية كاليفورنيا في مكان بسيط يُدعى موليجي. وأخذنا أطفالنا إليه في أعياد الميلاد، واستمتعوا جدًّا بالأجواء المكسيكية الملآنة بالتورتيلا والبينياتا. وأحببت أنا والأطفال مشاهدة الأسماك وصيدها بالرمح الذي اصطاد لنا العديد من الوجبات اللذيذة.

عادت مارلين لفرنسا لحضور مؤتمر في عام 1964، وأرادت بشدة أن تأخذ أسرتنا كلها إلى رحلة في أوروبا، لكن وجدنا ما خبأه لنا القدر أفضل: عام كامل في لندن.

الفصل الثامن عشر

عام في لندن

في عام 1967، كرمني المركز الوطني للصحة النفسية على مجمل أعمالي التدريسية بجائزة وأهّلني إلى قضاء عام كامل في عيادات تاڤيستوك بلندن. خططت لدراسة منهجية تاڤيستوك في العلاج الجماعي وبدأت العمل بجدية على مرجع للعلاج الجماعي. عثرنا على منزل في شارع ريدنجتون بهامبستيد قريب من العيادة، وبدأت أسرتنا المكونة من خمسة (لم يكن ابننا الأصغر بن قد ولد بعد) عامًا ساحرًا لا يُنسى من العيش خارج البلاد.

بدلت مكتبي مع جون بولبي الطبيب النفسي البريطاني البارز الذي انتقل إلى ستانفورد لقضاء عام هناك. وقع مكتبه بلندن في وسط العيادة، فأتاح لي الكثير من التواصل مع أعضاء هيئة التدريس. وخلال ذلك العام، اعتدت السير كل صباح من المنزل إلى العيادة التي تبعد 10 مجمعات سكنية، مارًّا بكنيسة جميلة من القرن الثامن عشر. وقد ضمت باحة الكنيسة الصغيرة عددًا من شواهد القبور، كثير منها مائل ومتآكل لدرجة تمنع من قراءة أسماء ساكنيه. وقابلها على الجانب الآخر من الطريق مقبرة أكبر تضم بضعة من الرموز البارزين في القرنين التاسع

عشر والعشرين مثل: الكاتبة دافني دو مورييه. مررت بالقرب من قصر فخم مقام على أعمدة أقام فيه الجنرال شارل ديجول في أثناء الاحتلال الألماني لفرنسا. كان القصر معروضًا للبيع مقابل 100 ألف جنيه إسترليني، وكثيرًا ما كنا أنا ومارلين نتمنى ونتخيل أن يكون لنا من المال ما يكفي لشرائه. بعده بمجمع واحد، وقف قصر ضخم استُخدم لتصوير مشهد رقص جولي أندروز وديك ڤان دايك على سطح المنزل في فيلم ماري بوبينز. بعدها أكملت السير على طريق فينشلي إلى بيلسايز لين ودخلت مبنًى عاديًّا من أربعة طوابق يضم عيادة تاڤيستوك.

وجدت رئيس العيادة جون سوذرلاند رجلًا طيبًا من ألطف من قابلت من الاسكتلنديين. فقد حياني بحرارة في أول يوم لي، وعرفني على فريقه ودعاني لحضور جميع ندوات العيادة وملاحظة مجموعات العلاج الجماعي التي يديرها الفريق. كما عرفني على الأطباء النفسيين المعنيين بالعمل الجماعي، وعلى مدار العام ظللت على اتصال دائم ببيري تركوي، وروبيرت جوسلينج، وهنري إزرايل. ورغم أنني وجدتهم أذكياء وودودين، صُدمت من منهجيتهم في إدارة المجموعة بسبب شدة جفائها وتحفظها. فلم يتحدث قادة المجموعات الملتزمون بطريقة تاڤيستوك بشكل مباشر مع أي عضو معين في المجموعة، بل وجهوا 100% من تعليقاتهم نحو السقف، بُغية أن تظل ملاحظاتهم موجهة «للمجموعة» فحسب. أتذكر جلسة ذات مساء قال فيها أحد القادة -وهو بيري توركويت-: «لو جاء جميع أعضاء هذه المجموعة في هذا المطر المروع من أقاصي لندن واختاروا التحدث عن لعبة الكريكيت، فإنني لا أجد في هذا بأسًا». اعتنق قادة مجموعة تاڤيستوك أفكار ويلفريد بيون التي ركزت على العمليات اللاواعية في المجموعات ككل ولم تهتم بالمجال الشخصي إلا فيما يخص القيادة والسلطة. وهذا هو السبب

في توجيه التعليقات دائمًا إلى المجموعة ككل وعدم مخاطبة المرضى بشكل فردي أبدًا.

ورغم أنني أحببت بعض الأطباء النفسيين على الصعيد الشخصي، وبخاصة بوب جوسلينج الذي دعانا إلى منزله في لندن وكذلك إلى منزله الريفي، فقد استنتجت بعد بضعة أشهر أن هذا النهج في العلاج الجماعي غير فعال إلى حد كبير، ولاحظت أن عددًا كبيرًا من المرضى عبروا عن رفضهم بأقدامهم: كان عدد الحضور ضعيفًا للغاية. وكان لديهم قاعدة مفادها أنه ما لم يحضر أربعة أعضاء، فستُلغى الجلسة، وبالفعل تكرر ذلك أكثر من اللازم.

لاحقًا من العام نفسه، حضرت مؤتمرًا لمدة أسبوع عن مجموعات تافيستوك العلاجية، حضره 100 آخرون من العاملين في مجال التدريس وعلم النفس والتجارة. أتذكر بوضوح كيف بدأ: أُمر الحضور بتقسيم أنفسهم إلى خمس مجموعات تستخدم كل منها غرفة مخصصة لها. وعندما يدق جرس البداية، يدخل الحضور إلى الغرف. تنافس بعض الأعضاء على القيادة، وبعضهم طلب إغلاق الأبواب خشية أن تكبر المجموعة أكثر من اللازم، وبعضهم تمسك بتطبيق القواعد الإجرائية. استمرت ورشة العمل بعقد اجتماعات مستمرة لمجموعات صغيرة، كل واحدة تحت مستشار من أعضاء هيئة التدريس يعمل على تأمل عملية المجموعة، إلى جانب المجموعة الكبيرة التي حضرها جميع أعضاء هيئة التدريس والحاضرون للتفكير فيما يمكن الاستفادة به من ديناميكيات المجموعة الكبيرة.

ورغم استمرار استخدام مجموعات تافيستوك في التدريب لمساعدة الأفراد على فهم ديناميكيات المجموعة والسلوك التنظيمي، فمن الرحمة أنها انتهت في مجال العلاج النفسي الجماعي.

لقد كنت ألاحظ في العادة اجتماعًا أو اثنين لمجموعات صغيرة كل أسبوع، وأحضر المحاضرات أو المؤتمرات، ولكن في أغلب ذلك العام كنت بمفردي تمامًا، منشغلًا بكتابة كتابي التدريسي عن العلاج الجماعي. وقد وجد أعضاء هيئة التدريس في تاڤيستوك أن نهجي في التعامل مع المجموعات بغيض بقدر ما وجدت نهجهم بغيضًا. وعندما قدمت بحثي حول «العوامل العلاجية» استنادًا إلى مقابلات أجريتها مع عدد كبير من مرضى العلاج الجماعي الناجحين، سخر أعضاء الطاقم البريطانيين من الهوس الأمريكي النمطي بـ «رضا العميل». وباعتباري الأمريكي الوحيد، شعرت بالعزلة وانعدام الدعم. وبعد مرور عام، عندما قابلت جون بولبي وجهًا لوجه، أخبرني أنه خاض تجارب مماثلة مع موظفي تاڤيستوك، وفي بعض الأحيان تخيل نفسه يفجِّر قنبلة في الجمهور. لقد شعرت بالعزلة الشديدة وعدم التقدير وعدم الارتياح في ذلك العام لدرجة أنني قررت الذهاب إلى معالج نفسي، وكذلك فعلت في مختلف المراحل الصعبة على مدار حياتي.

امتلكت المملكة المتحدة عددًا كبيرًا من المدارس العلاجية في ذلك الوقت. ويخطر ببالي على الفور الطبيب النفسي البريطاني الشهير أر. دي. لينج. من كتاباته، بدا وكأنه مفكر أصيل ومثير للاهتمام. وكان قد أنشأ حديثًا قاعة كينجسلي، وهي مكان يعيش فيه مرضى الذُّهان مع معالجيهم في مجتمع علاجي. علاوة على ذلك، كان يعالج المرضى بطريقة تتسم بالمساواة، وهو نهج يختلف تمامًا عن نهج تاڤيستوك. وحين حضرت محاضرة ألقاها في تاڤيستوك، أعجبت بذكائه واستمتعت إلى حد ما بانزعاج المؤسسة من آرائه المتمردة، لكنني وجدته أيضًا غير منظم بعض الشيء، وأمكنني أن أفهم بسهولة لماذا افترض العديد من أعضاء الجمهور أن هذا بسبب تناوله عقار الإل إس دي، وهو المخدر

الذي استخدمه حينئذ. مع هذا قررت مقابلته على انفراد لمناقشة بدء العلاج. أتذكر أنني سألته عن تجربته في إيسالين في مدينة بيج سور بولاية كاليفورنيا وعن تعليقاته التي أدلى بها في محاضرته حول مجموعات ماراثون العراة التي أقيمت هناك. أجابني بطريقة غامضة: «أنا أجدف بقاربي، والآخرون يجدفون بقواربهم». استنتجت أنه أقل انتباهًا مما يلائمني (لم أكن أتخيل أنني سأشارك في ماراثون عراة في إيسالين بعد بضع سنوات).

لاحقًا، طلبت مشورة رئيس المدرسة الكلاينية في التحليل النفسي بلندن. وأتذكر أنني توقفت عند تركيزه الشديد على جمع المعلومات عن أول عامين من حياتي، وتساءلت لماذا يستمر التحليل النفسي بمنهجية كلاين لمدة تتراوح بين سبعة وعشرة أعوام. مع نهاية جلسة المشاورة التي استمرت ساعتين، خلص (ووافقته في ذلك) إلى أن شكي في نهجه كان أكبر مما ينبغي، وكما قال: «مستوى صوت الموسيقى الخلفية (أي: مقاومتي) من شأنه أن يحجب النغمات الصادقة للتحليل». ولا يملك المرء سوى الإعجاب بفصاحة البريطانيين!

في نهاية المطاف اخترت العمل مع تشارلز رايكروفت، الذي كان محلل د. لينج. وكان من أبرز الأطباء النفسيين في لندن من «المدرسة الوسطية» المتأثرين بالمحللين البريطانيين فيربيرن ووينيكوت. وعلى مدى الأشهر العشرة التالية، كررت جلساتي برايكروفت مرتين في الأسبوع. حينئذ كان في منتصف الخمسينات، مراعيًا للآخرين ولطيفًا مع أنه متحفظ بعض الشيء. وفي كل مرة أدخل فيها مكتبه في شارع هارلي -الذي بدا وكأنه خرج من أحد أعمال تشارلز ديكنز، وكان مفروشًا بسجادة فارسية سميكة وبه أريكة وكرسيان بذراعين مريحين- سارع إلى إطفاء السيجارة التي يدخنها بين الجلسات، وحيَّاني بمصافحة،

ودعاني بأدب إلى الجلوس على الكرسي (وليس الأريكة) المواجه له. واتَّسم أسلوبه معي بالأدب. وأتذكره على وجه الخصوص وهو يروي دوره في طرد جمعية مسعود خان للتحليل النفسي، وهي القصة التي أعدت صياغتها في روايتي «مستلقيًا على الأريكة».

استفدت من جلساتنا، لكن تمنيت لو زاد من نشاطه وتفاعله معي. لم أجد قطُّ تفسيراته المعقدة مفيدة، وإن بعد بضعة أسابيع شعرت أن توتري تحسَّن وأصبحت أقدر على الكتابة بفاعلية أكبر. لماذا؟ لعل هذا بسبب قبوله الثابت لي وتعاطفه الدائم معي. أهمني جدًّا أن أعلم أن أحدًا في هذا العالم في صفي. وفي السنوات التالية حين أزور لندن أزوره بشكل اجتماعي، وكثيرًا ما نراجع علاجنا النفسي معًا. وحين قال إنه نادم على اتباع عقيدة تقديم التفسيرات وحدها، احترمت صراحته للغاية.

وهبت وقت عملي في لندن تمامًا لتأليف كتاب العلاج الجماعي. وبما أنه كتابي الأول، احتجت إلى اختراع طريقتي وتوصلت إلى الاعتماد بشدة على ثلاثة مصادر كبيرة: ملاحظاتي التي كتبتها خلال الإعداد للدورات التدريبية التي قدمتها للأطباء المقيمين على مدار السنوات الماضية، والمئات من الملخصات التي كتبتها لمئات المجموعات العلاجية وأرسلتها إلى أعضاء المجموعة، والأبحاث المنشورة عن العلاج الجماعي، وكثير منها أتاحته لي مكتبة تاڤيستوك كلينك الممتازة. لم أعرف كيف أستخدم الآلة الكاتبة (وكذلك حال أغلب المحترفين حينها). واعتدت أن أكتب بخط اليد ثلاث أو أربع صفحات كل يوم وأقدمها إلى كاتب العيادة بعد أن عقدت معه اتفاقًا خاصًّا على كتابة عملي اليومي في المساء وتسليمه لي جاهزًا للمراجعة في الصباح التالي. من أين

أبدأ؟ بدأت بأول سؤال يقابله المعالج الجماعي: كيف أختار المرضى وأكوِّن المجموعة.

تتلخص عملية الاختيار في تحديد مناسبة مريض معين لنوع معين من العلاج الجماعي. أما تشكيل المجموعة فيتناول سؤالًا آخر: إذا تناسب المريض وتوفر مكان له في عدة مجموعات، فأي مجموعة هي الأفضل لذلك المريض؟ أو لنتأمل سيناريو آخر (غير محتمل للغاية): تخيل قائمة تضم 100 مريضٍ، بما يكفي لتشكيل 12 مجموعة. فكيف ينبغي للمعالج العمل على تكوين هذه المجموعات بحيث تحقق أعلى فاعلية؟ وعلى ضوء هذه الأسئلة، استقرأت الأبحاث المنشورة وكتبت فصلين علميين من الدسامة والتفصيل والملل بمكان.

وبعد أن أكملت الفصلين المتعلقين باختيار المرضى وتكوين المجموعة، زارنا رئيس اللجنة ديفيد هامبورج في لندن وأبلغني بالخبر المذهل غير المتوقع: اجتمع مجلس إدارة جامعة ستانفورد ومنحني وظيفة دائمة مبكرًا. من المفترض أن يُنظر في طلبي للحصول على وظيفة دائمة بعد عام آخر، وبالطبع كنت مسرورًا للغاية لأنني تمكَّنت من تجنب قلق انتظار قرار اللجنة. وفي السنوات اللاحقة، عندما رأيت زملائي ومرضاي يمرون بهذه المحنة المؤلمة، ازداد تقديري لحظي السعيد.

أثر خبر تثبيتي في منصبي بشدة على مشروع كتابي. فلم أعد أكتب لأساتذة صارمين من ذوي الوجوه الشاحبة المهتمين بالنهج التجريبي كما أتخيلهم وهم يعكفون على دراسة مسألة تثبيتي. شعرت بالتحرر، وبدأت الآن في تأليف كتاب دراسي لجمهور مختلف تمامًا: الطلاب الممارسون الذين يواجهون صعوبة في تعلم الأساليب المفيدة

لمرضاهم. ومن ثم اتسمت جميع الفصول اللاحقة من الكتاب بالحيوية وتكللت بقصص لحالات سريرية بعضها لا يتجاوز بضعة أسطر وبعضها الآخر يمتد لثلاث أو أربع صفحات. لكن هذين الفصلين الأولين كانا مثل الأسمنت العالق في حلقي، ولم أجد وسيلة لإضفاء الحيوية عليهما. وبعد 25 عامًا، نشرت الطبعة الخامسة من كتاب «العلاج الجمعي: النظرية والتطبيق»، وحتى بعد أربع مراجعات كبيرة، كلٌّ منها تطلب عامين من المراجعة المكثفة للأبحاث المنشورة والتحرير، يظل الفصلان اللذان كتبتهما قبل التثبيت (وقد أصبحا الآن الفصل الثامن والتاسع) كالنشاز، وكأن شخصًا مختلفًا كتبهما في صورة نثر هامد متكلف. وعقدت العزم على أنني حين أكتب الطبعة السادسة لا بدَّ أن أجدد هذين الفصلين.

بطبيعتهم، عارض أطفالي -بعمر التاسعة والثانية عشرة والثالثة عشرة- ترْك زملائهم في المدرسة ببالو ألتو، إلا أنهم أحبوا في النهاية العام الذي قضوه في لندن. وأصيبت ابنتنا إيڤ بالاكتئاب حين رفضتها مدرسة برلمان هيل القريبة بسبب سوء خطها، لكنها أحبت المدرسة التي قبلتها، مدرسة هامبستيد هيث للفتيات حيث اكتسبت العديد من الأصدقاء المقربين وأنهت عامها باكتساب خط ممتاز. أما ابننا ريد فانضم إلى مدرسة UCS القريبة، حيث ارتدى بفخر معطفًا مخططًا بالأحمر والأسود وقبعة. ولاحظت المدرسة خطه شديد السوء -أسوأ من إيڤ- وتجاهلت المسألة عمدًا بسبب أنه «لاعب راجبي جيد جدًّا» كما قال لي المدير عدة مرات. وتميز ڤيكتور ذو السنوات الثمان في مدرسة بريطانية محلية. ورغم أنه انزعج من القيلولة الإجبارية في المدرسة، فقد أسعدته كثيرًا زيارة متجر الحلوى وهو في طريق العودة منها.

ورغم أننا اشترينا سيارة في أوروبا، لم نستخدمها إلا نادرًا في لندن وركبنا قطار الأنفاق إلى كل مكان: المسرح الوطني الملكي، واللقاءات الشعرية المحلية، والمتحف البريطاني، وقاعة ألبرت الملكية. ومن خلال علاقات مارلين بمجلة فرانكو-أمريكية تُدعى آدم، التقينا أليكس كومفورت وظللنا أصدقاء مقربين حتى وفاته في عام 2000. كان أليكس واحدًا من عبقريين اثنين عرفتهما عن قرب (الآخر هو عالم الأحياء الجزيئية بستانفورد الحاصل على جائزة نوبل جوش ليدربيرج). في ذلك الوقت، قسَّم أليكس وقته بين زوجته وعشيقته، وامتلك دولاب ملابس كاملًا في منزل كلٍّ من الاثنين. وبفضل عقله الموسوعي، كان بوسعه أن يتحدث بلا توقف عن أي موضوع أو أي شيء: من الأدب البريطاني والفرنسي، والأساطير والفنون الهندية، والممارسات الجنسية في مختلف أنحاء العالم، إلى اختصاصه في علم الشيخوخة، وأوبرا القرن السابع عشر. وقد أخبرنا ذات مرة أنه سأل زوجته عما تريده هدية في عيد الميلاد فأجابته: «أي شيء سوى المعلومات!».



الكاتب وأبناؤه الثلاثة، ووالدة مارلين ووالدته.

استمتعت دائمًا بالتحدث إلى أليكس. يا له من عقل نادر وخصب ومشوق. أعلم أنه انجذب بشدة لمارلين، لكنني كوَّنت معه صداقة لا في لندن وحدها، بل ولاحقًا حين أتى إلى منزلنا في بالو ألتو.

طلَّق أليكس في النهاية زوجته وتزوج عشيقته، وكتب كتاب «The Joy of Sex»، أحد أفضل الكتب مبيعًا في التاريخ. وبعدها انتقل إلى مركز بحثي بسانتا باربرا -هربًا من الضرائب البريطانية في المقام الأول-، وهو مركز دراسة المؤسسات الديمقراطية، الذي يبعد ساعات قليلة من بالو ألتو. ورغم أن كتابه «متعة الجنس» كان أشهر أعماله، كتب أليكس 50 كتابًا آخرَ، من أعمال في علم الشيخوخة إلى الشعر والرواية. وتميز بسرعة الكتابة وسهولتها الشديدة. وكم أذهلتني فصاحته وأرهبتني، فكثيرًا ما كانت أول مسودة لعمله هي الأخيرة، أما أنا فكتبت 10 إلى 20 مسودة لكل كتاب نشرته. عرف أولادي اسمه قبل أن يلتقوه، لأن العديد من أشعار أليكس كانت ضمن المختارات من الشعر الحديث في كتبهم الدراسية بمدرسة بالو ألتو. ومن الممتع السير معه في حينا، لأنه استطاع بسرعة تمييز أصوات الطيور وأسمائها، وكذلك تقليد الصوت بيسر شديد.

فتنتنا لندن، إلا أننا ظللنا مخلصين لكاليفورنيا واشتقنا بشدة إلى الشمس. أرسلني وكيل سفريات مفيد مع كامل عائلتي في إجازة لمدة أسبوع إلى جزيرة جربة التونسية، وهي حسب الأسطورة جزيرة أكلة اللوتس التي حبس فيها أوديسيوس. وزرنا البازارات والآثار الرومانية وكنيسًا يهوديًّا عمره 2000 عام. وعندما دخلته، سألني حارس يرتدي زيًّا عربيًّا عما إذا كنت من السبط، وعندما أومأت برأسي، أمسك بذراعي وسار بي إلى البيمة، وهي مذبح في وسط الكنيس. ووضع نسخة قديمة من الكتاب المقدس بين يدي، ولكن لحسن الحظ لم يختبر لغتي العبرية.

الفصل التاسع عشر

الحياة القصيرة المتقلبة لمجموعات المواجهة

في كاليفورنيا وفي أجزاء كثيرة من البلاد خلال منتصف الستينيَّات وبداية السبعينيَّات توسعت حركة مجموعات المواجهة بسرعة كبيرة. وانتشرت مجموعات المواجهة في كل مكان، وبعضها كان شبيهًا جدًّا بالمجموعات العلاجية وأثار اهتمامي بشدة. كانت ذا فري يونيفيرستي بمينلو بارك (The Midpeninsula Free University)، وهي مجتمع مجاور لجامعة ستانفورد، قد نشرت إعلانات عن عشرات مجموعات التنمية الشخصية. واستضافت غرف المعيشة في مساكن الطلبة بجامعة ستانفورد مجموعات تدريب متنوعة: مجموعات ماراثون 24 ساعة، ومجموعات سايكودراما، ومجموعات تدريب، ومجموعات القدرات البشرية. علاوة على ذلك سعى طلبة ستانفورد إلى خوض تجربة الانضمام إلى مجموعات في مراكز التنمية القريبة مثل: إسالين، أو انضموا إلى إي إس تي أو لايفسبرينج مثل مئات الآلاف من الناس في جميع أنحاء البلاد، وكل من المجموعتين عقدت اجتماعات ضخمة تُقسَّم غالبًا إلى مجموعات تدريب من نوع ما.

شعرت بالحيرة ككل الناس. هل تشكل هذه المجموعات خطرًا وتنذر بتفكك المجتمع كما خشي الكثيرون؟ أم إنها على العكس تمامًا؟ أمن الممكن أنها تعزز نمو الشخصية بفاعلية؟ وكلما زادت المبالغة في الادَّعاءات، ازداد المتعصبون صخبًا وردة فعل المحافظين حدة. راقبت مجموعات تدريب يديرها قادة مدربون تدريبًا جيدًا، وبدا لي أن الكثير من الأعضاء انتفع بها. كما حضرت مجموعات سايكودراما جامحة بعض الشيء أثارت قلقي ودفعتني للتساؤل عما إذا كانت مضرة بأعضائها. وحضرت مجموعة لماراثون عراة يمتد لـ 24 ساعة في إيسالين، لكن لم أتابع آثار التجربة على المجموعة. وبدا لي أن جزءًا من أعضاء المجموعة الذين بلغوا 15 عضوًا قد استفادوا، إلا أنني لم أملك طريقة لمعرفة آثارها على الأعضاء الأقل تعبيرًا عن أنفسهم. وانقسم الناس إلى فريقين: فريق يحيي هذه المجموعات، وفريق يكيل لها اللعنات. واستدعى الموقف إجراء تقييم تجريبي.

سمعت كلمة لمورت ليبرمان الأستاذ بجامعة شيكاغو خلال مؤتمر عن العلاج الجماعي وبهرني بأعماله. تحدثنا لساعات في وقت متأخر من الليل، ووافقنا على إجراء تحقيق طموح في آثار مجموعات المواجهة. تقابلت اهتماماتنا: ولم يكن مجرد باحث مرموق في العلوم الاجتماعية، بل تلقى تدريبًا كذلك على إدارة مجموعات المواجهة والعلاج الجماعي. وخطط لقضاء عام كامل في ستانفورد، وبعد فترة وجيزة اخترنا مات مايلز -أستاذ التعليم وعلم النفس في جامعة كولومبيا وباحث وخبير في علم الإحصاء- لينضم إلى فريقنا. وصممنا نحن الثلاثة دراسة طموحة لفاعلية مجموعات المواجهة. كانت مجموعات المواجهة حاضرة بقوة في حرم جامعة ستانفورد، وشعر العديد من أعضاء هيئة التدريس بالقلق من تأذي الطلاب من المواجهات العنيفة، وردود الفعل غير الخاضعة

للرقابة، والموقف المناهض للمؤسسات الذي تتبناه هذه المجموعات. والواقع أن إدارة الجامعة كانت قلقة للغاية من وجود هذه المجموعات في الحرم الجامعي إلى الحد الذي جعلها تمنحنا إذن إجراء البحوث عليها على الفور. ولضمان الحصول على عينة كبيرة، سمحت لنا الجامعة كذلك بمنح رصيد دراسي مقابل المشاركة في مجموعات المواجهة.

حددنا في تصميم البحث النهائي عينة من 210 طلاب وزعناهم عشوائيًّا على عينة تحكم أو على 20 مجموعة، وطلبنا من كل مجموعة الاجتماع لمدة إجمالية تبلغ 30 ساعة. في المقابل سيحصل الطالب المشارك على ثلاث نقاط في رصيده الدراسي عن الدورة. كما اخترنا 10 منهجيات بحث شائعة حاليًّا واستخدمنا كل منهجية على مجموعتين:

مجموعات التدريب التقليدية لدى المختبرات الوطنية للتدريب.

مجموعات النمو الشخصي.

مجموعات العلاج الجشطالتي.

إيسالين (مجموعات الوعي الحسي).

مجموعات التحليل التفاعلي.

مجموعات السيكو دراما.

مجموعات ساينانون (مقعد المواجهة الساخن).

مجموعات التحليل النفسي.

مجموعات الماراثون.

مجموعات من دون قائد، يقودها شريط مسجل.

بعد ذلك، جندنا اثنين من خبراء إدارة المجموعات المشهورين في كل صنف من الأصناف المذكورة آنفًا. فقد وضع مورت ليبرمان عددًا كبيرًا من الأدوات لقياس التغيرات التي تطرأ على الأعضاء وتقييم سلوك القادة، وجنَّدنا فريقًا من المراقبين ودربناهم على دراسة الأعضاء والقادة خلال كل اجتماع. وبمجرد موافقة لجنة البحوث البشرية بالجامعة على خطتنا البحثية، شرعنا في هذا المشروع الذي لا يُنسى، الذي سيكون أكبر وأقوى دراسة تُجرى على هذا النوع من المجموعات على الإطلاق.

وفي نهاية الدراسة كتبنا دراسة موحدة في 500 صفحة نشرتها دار نشر بيزك بوكس تحت عنوان «مجموعات المواجهة: الحقائق الأولى». وكانت النتائج الإجمالية مثيرة للإعجاب: أظهر نحو 40% من الطلاب الذين التحقوا بدورة جامعية لمدة فصل دراسي تغييرًا إيجابيًّا كبيرًا في شخصياتهم دام لستة أشهر على الأقل. ولكن هناك أيضًا 16 «ضحية»: طلاب أفادوا بأنهم شعروا بتدهور بعد ستة أشهر من تجربتهم الجماعية.

وتوليت أنا كتابة الفصول التي تصف المستجدات والتطور السريري لكل مجموعة، وسلوك القادة، والتأثيرات على «أمهر المتعلمين»، و«الضحايا». وقد حظي الفصل الخاص بالضحايا باهتمام هائل من جانب معارضي تلك الحركة، واستشهدت به مئات الصحف في مختلف أنحاء البلاد. لقد زود اليمين المحافظ بالذخيرة التي يبحث عنها بالضبط. على النقيض لم يحظ الفصل الخاص بأمهر المتعلمين -وهم عدد كبير من الطلاب الذين أفادوا بظهور تغير شخصي كبير بعد 12 اجتماعًا مع مجموعاتهم- بأي اهتمام على الإطلاق. وكان هذا أمرًا مؤسفًا للغاية، لأنني كنت أشعر دومًا بأن مثل هذه المجموعات، إذا ما أُديرت على النحو اللائق، فستحمل الكثير من الفوائد.

وبعد مرور عشر سنوات، تلاشت حركة مجموعات المواجهة، وحلت محلها مجموعات الكتاب المقدس في العديد من مساكن الطلبة بجامعة ستانفورد. ومع اندثار مجموعات المواجهة، فقد كتابنا قراءه، باستثناء الباحثين الذين وجدوا فيه العديد من أدوات البحث مفيدة. ومن بين كل كتبي، فهذا هو الكتاب الوحيد الذي نفد من الأسواق. لم تكن زوجتي يومًا صديقة لهذا المشروع لأنه أخذ الكثير من وقتي، ولأن اجتماعًا مهمًّا للفريق منعني من إيصالها إلى المنزل بعد أن أنجبت طفلنا الرابع بنيامين بليك في مستشفى ستانفورد. وتتذكر أن أحد المراجعين علق على الكتاب قائلًا: «لا بدَّ أن هؤلاء المؤلفين عملوا بجدٍّ شديد لأن النثر يبدو مرهقًا للغاية».

تابعت العمل على كتاب العلاج الجماعي (العلاج الجمعي النظرية والتطبيق) لعامين آخرين، وحين أنهيت المسودة النهائية سافرت إلى نيويورك لمقابلة الناشرين الذين تواصل معهم ديفيد هامبورج بالنيابة عني. بدأت بأرثر روزينثال، المؤسس الباهر لبيزك بوكس، واخترت النشر معه رغم وجود عروض من دور أخرى. تذكرني مراجعة حياتي في هذه الصفحات بأن دعم ديفيد هامبورج لم يقتصر على دعم عملي البحثي، لكنه أيضًا مهَّد لي مسيرتي المهنية في النشر.

حقق «العلاج الجمعي النظرية والتطبيق» نجاحًا فوريًّا، وخلال عام أو عامين اتُّخذ كتابًا دراسيًّا في أغلب برامج التدريب على العلاج النفسي في البلاد. وفي وقت لاحق، حذت الكثير من الدول الأخرى الحذو نفسه. وبعد تحوله إلى جزء أساسي في تدريب المعالجين الجماعيين، صدر من الكتاب خمس طبعات منقحة وبيع منه أكثر من مليون نسخة، فمنحني مع الوقت أنا ومارلين درجة جديدة من الأمان المالي. وكأغلب أساتذة طب النفس الشباب، زدت دخلي بتقديم جلسات مشورة خلال

عطلات نهاية الأسبوع في عدة مستشفيات نفسية، لكن ما إن نُشر الكتاب، أوقفت نشاطي ذاك واستبدلت به قبول دعوات إلقاء محاضرات عن العلاج الجماعي.

تغيرت طريقتي في دعم دخلي بشدة بعد مرور خمس سنوات من نشر كتابي حين ألقيت محاضرة على جمهور كبير في جامعة فوردهام بمدينة نيويورك. كعادتي جلبت معي شريطًا مصورًا لجلسة علاج جماعي أقيمت في الأسبوع السابق بهدف استخدامها في التدريس. لكن مشغل أشرطة الفيديو في فوردهام تعطل وفي النهاية استسلم الفنيون وتركوا لي مهمة شاقة ومرهقة تتمثل في الارتجال طوال اليوم. ألقيت محاضرتين جاهزتين في ذاك المساء وأقمت جلسة سؤال وجواب طويلة مع الجمهور، وفي نهاية اليوم أصابني تعب بالغ. وفي أثناء انصراف الجمهور، بحثت بالمصادفة عن البرنامج المطبوع ولاحظت أن رسم حضور ورشة العمل هو 40 دولارًا (في عام 1980). نظرت إلى أرجاء القاعة وقدرت أن من حضر يتجاوز 600 إنسان. وبحساب سريع أدركت أن الرعاة كسبوا 20 ألفًا ودفعوا لي 400 دولار. ومنذ ذلك الوقت تعاقدت على نسبة عادلة من الأموال المجموعة في كل مؤتمر، وبعد ذلك تضاءل دخلي من الجامعة بالمقارنة بدخلي من المحاضرات.

الفصل العشرين

الإقامة في ڤيينا

دائمًا ما لاحت ڤيينا في عقلي بقوة لأنها محل ميلاد فرويد ومهد العلاج النفسي. وبعد اطلاعي على عدد من السير الذاتية لفرويد، شعرت بألفة شديدة تجاه المدينة التي احتضنت الكثير من كتّابي المفضلين، بما فيهم: ستيفان زفايج، وفرانز ويرفيل، وآرثر شنتسلر، وروبرت موزيل، وجوزيف روث. ومن ثم، حين عرضت ستانفورد عليَّ تدريس فصل دراسي خلال صيف عام 1970 للطلبة الجامعيين بحرم جامعة ستانفورد في ڤيينا، قبلت بسرعة. لم يأتِ ذلك دون تعقيدات، فعندي أربعة أطفال أعمارهم حينها 15 و14 و11 و1. واصطحبنا معنا جارنا البالغ 20 عامًا وصديق ابنتي الذي سيعيش بعدها معنا في سكن الطلبة ويساعدنا في العناية بأصغر أبنائنا بن. رحبت بفرصة العمل مع الطلبة الجامعيين بستانفورد، وأحبت مارلين بطبيعتها فكرة السكن في أوروبا.

من الرائع العيش في قلب ڤيينا، حيث عاش فرويد. غصت في عالمه، ومشيت في الشوارع التي مشى فيها، وزرت المقاهي التي جلس فيها، وحدقت إلى مبنى سكني ضخم من خمسة طوابق غير معروف في 19 برجاس: منزل فرويد لمدة 49 عامًا. وبعد مرور سنوات، اشترت منظمة

سيجموند فرويد هذا المبنى وحولته إلى متحف فرويد وميزته بلافتة ضخمة حمراء، وفتحته للزوار. لكن في وقت زيارتي، لم أجد أي شيء يشير إلى أنه عاش أو عمل هنا قطُّ. كانت المدينة قد وضعت عشرات اللوحات النحاسية على منازل الشخصيات البارزة وغير البارزة في ڤيينا، بما في ذلك العديد من مساكن موتسارت، ولكن لم أجد لوحة تشير إلى مسكن سيجموند فرويد مدى الحياة.

خدمتني رؤية منزل فرويد والمشي في شوارع ڤيينا جدًّا بعدها بـ 30 عامًا عندما كتبت روايتي «عندما بكى نيتشه». لقد استعنت بهذه الذكريات والصور التي التقطتها في ذلك العام لإنشاء إطار بصري موثوق به للقاءاتي المتخيلة بين نيتشه والطبيب النفسي الشهير جوزيف بروير، الذي كان مرشدَ فرويد.

كانت مهمتي الأساسية في التدريس في ڤيينا هي تدريس مقرر دراسي لطلبة جامعة ستانفورد عن حياة سيجموند فرويد وأعماله. وبعدما أنهيت 40 محاضرة هناك أصبحت هذه المحاضرات الأساس الذي استندت إليه في تدريس مقرر «تقدير فرويد» للطلبة المقيمين في قسم الطب النفسي طيلة 15 عامًا بعدها. ولطالما أكدت لطلابي أن فرويد ليس مجرد مبتكر مدرسة التحليل النفسي (التي لا تشكل سوى أقل من 1% من كل مدارس العلاج النفسي المتاحة اليوم)، بل هو مخترع مجال العلاج النفسي بالكامل. إذ لم يكن هذا المجال موجودًا بأي شكل من الأشكال قبل فرويد. ورغم انتقاداتي للتحليل الفرويدي التقليدي المعاصر، فإنني أكنُّ دومًا احترامًا كبيرًا لإبداع فرويد وشجاعته. وأجده ببالي كثيرًا حين أقدم العلاج النفسي. على سبيل المثال، التقيت مؤخرًا مريضًا جديدًا يعاني هواجس بذيئة بشأن أفراد أسرته، وفكرت على الفور في ملاحظة فرويد بأن وراء هذه الهواجس المستمرة الغضب في

كثير من الأحيان. وأنا أشعر بالأسف لأن الزمن عفا على فرويد إلى هذا الحد. فكما جاء في أحد عناوين فصول كتابي «هبة العلاج النفسي»: «فرويد لم يكن مخطئًا دائمًا».

قبل مغادرتي ستانفورد إلى ڤيينا بقليل، تعرضت لحدثين صادمين كبيرين. أولًا، وفاة صديقي المقرب أل وييس بسرطان الغدة الكظرية، وقد تعرفت إليه عندما كان طبيبًا مقيمًا في ستانفورد. ومن بين أمور أخرى، كنت وأل رفيقين في صيد الأسماك بالرمح وذهبنا معًا في رحلات إلى باجا.

ثم في موعد مع طبيب الأسنان في اليوم السابق لسفري، اكتشف طبيب الأسنان وجود آفة مشبوهة في لثتي. فأخذ عينة وأخبرني أنني سأتلقى تقريرًا عن المرض بعد وصولي إلى ڤيينا. كنت أقرأ في ذلك الوقت عن سرطان الفم المميت الذي أصاب فرويد ربما بسبب تدخين السيجار بشراهة، وأصابني ذلك بالفزع من اعتيادي التدخين: كنت أدخن الغليون معظم اليوم، وأختار غليونًا مختلفًا كل يوم من مجموعتي، وأتلذذ على وجه الخصوص بتبغ «بلقان سوبراني». وبينما كنت أنتظر التقرير في ڤيينا، انتابني قلق شديد من فكرة أنني قد أعرف قريبًا أنني مصاب بالسرطان نفسه الذي قتل فرويد.

أقلعت عن التدخين دون مساعدة في أول أسبوع لي في ڤيينا، وبالتالي واجهت صعوبة في النوم والتهمت كيسًا تلو الآخر من الحلوى بنكهة القهوة لتخفيف شهوات فمي. أخيرًا تلقيت بريدًا من طبيب أسناني يعلمني أن نتيجة تحليل العينة سلبية. مع ذلك بقيت في حداد على صديقي وأنا أنتظر وصول عائلتي. حاولت إجبار نفسي على العمل بعد أن وصلت إلى ڤيينا مبكرًا بأسبوع لتحضير 40 محاضرة، لكن بقيت على درجة عالية من التوتر ألجأتني إلى طلب المساعدة. حاولت

الحصول على مشورة المعالج الڤييني البارز ڤيكتور فرانكيل مؤلف الكتاب المشهور «الإنسان يبحث عن معنى»، لكن علمت من المجيب الآلي لهاتفه أنه مسافر لإلقاء محاضرة.

حين وصلت زوجتي وأطفالي، استقررت وأصبحت أكثر راحة، وتبيَّن في النهاية أن إقامتي في ڤيينا مع طلبة ستانفورد تجربة إيجابية لن تُنسى لنا جميعًا. على وجه الخصوص أحب طفلنا الأكبر بشدة التواصل اليومي مع طلبة ستانفورد. وقد تناولنا كل وجباتنا مع الطلبة، بما في ذلك عشاء الاحتفال بعيد ميلاد بن الأول. ظهرت كعكة ضخمة على مائدتنا وغنى جميع الطلبة «سنة حلوة يا جميل» فيما حملته إيڤا ابنتنا للجمهور. وأخذت مارلين كل طفل على حِدة إلى فندق ساشير لتناول ساشير تارت الجديرة بشهرتها، فهي أفضل مخبوزات ذاقها فمي.

رافقنا الطلبة في رحلتين للصف الدراسي. أولهما كانت رحلة قارب في نهر الدانوب، الذي حفته ملايين من نبتات عباد الشمس الباهرة والنشطة التي استدارت مع حركة الشمس في السماء. انتهى اليوم بجولة في بودابست، المدينة الرمادية القاسية تحت الاحتلال الروسي، ولكنها لا تزال ساحرة. ثم في نهاية الفصل الدراسي، رافقنا الفصل في رحلة بالقطار إلى زغرب[1]، حيث ودعنا بعضنا بعضًا. وبعد أن تركنا أطفالنا في مسكن ستانفورد مع مربيهم، استأجرت أنا ومارلين سيارة لبضعة أيام وسافرنا على محاذاة ساحل دالماتيا الجميل الذي لا يُنسى إلى دوبروفنيك، ومن هناك سافرنا بين الريف الصربي الهادئ.

ورغم أن وقتي في ڤيينا تمحور بشدة حول العمل الدراسي والطلاب، فمن المستحيل مقاومة الكنوز الثقافية هناك. وقد أرشدتني مارلين خلال جولة في متحف «بلفيدير»، وعرفتني على أعمال غوستاف كليمت

(1) عاصمة كرواتيا - المترجم.

وإيجون شيلي، اللذين أصبحا منذ ذلك الحين إلى جانب ڤينسنت ڤان جوخ رساميَّ المفضلين. ورغم أنني لم أذكر كليمت مطلقًا لناشري الألماني، فقد اختار بعد سنوات استخدام أعماله على أغلفة جميع كتبي المترجمة إلى الألمانية تقريبًا.

اعتاد الأطفال التجول في الحدائق الخضراء بالمدينة، حريصين على تجنب المشي على العشب -خشية أن توبخهم امرأة ڤيينية مسنة-، كما تنزهوا في الغابات المحيطة بالمدينة، حيث يحيي الناس بعضهم بعضًا بتحية «جروس جوت» الودودة. وبالطبع، ذهبنا إلى دار الأوبرا لحضور عرض لا ينسى لمسرحية «حكايات هوفمان». لقد قدمت لنا ڤيينا إطلالة فخمة على عالم أسطوري لم يتعافَ من ماضيه النازي إلا منذ فترة وجيزة. ولم أتخيل قبلها في أشد أحلامي جموحًا أن المدينة سوف تمنح جائزة لأحد كتبي بعد أربعين عامًا، وتوزع مائة ألف نسخة مجانية، وتكرمني باحتفالات تستمر أسبوعًا كاملًا.

في نهاية إقامتنا، تمكنت أخيرًا من الاتصال بڤيكتور فرانكل عبر الهاتف، وقدمت نفسي بصفتي أستاذًا في الطب النفسي بجامعة ستانفورد يعاني بعض المشكلات الشخصية ويحتاج إلى المساعدة. قال إنه مشغول للغاية، لكنه وافق على مقابلتي في وقت متأخر بعد ظهر اليوم نفسه.

استقبلني ڤيكتور -وهو رجل قصير وسيم شائب الشعر- بتحية حارة عند الباب وأبدى اهتمامًا بنظارتي، سائلًا على الفور عن مصنِّعها. لم أعرف المصنِّع وخلعتها وسلمتها إليه. لقد اشتريتها بثمن زهيد من سلسلة في كاليفورنيا تُدعى «فور آيز»، وبعد تفحصها بإيجاز وجدها قليلة القيمة. أخبرته أنني أجد إطاره المعدني الرمادي جميلًا جدًّا.

ابتسم وأرشدني بإشارة من يده إلى غرفة معيشته: مكتبة ضخمة ملآنة بترجمات لكتابه «الإنسان يبحث عن المعنى».

جلسنا في زاوية مشمسة من الغرفة وبدأ فرانكيل كلامه بقوله إنه قد لا يستطيع إطالة الجلسة لأنه وصل في اليوم السابق إلى المنزل قادمًا من رحلة إلى المملكة المتحدة وظل يكتب ردودًا على رسائل معجبيه حتى الرابعة صباحًا. وجدت ذلك غريبًا؛ بدا وكأنه يحاول إبهاري. علاوة على ذلك، لم يسأل عن أسباب اتصالي به، بل عبر عن اهتمامه الكبير بمجتمع الطب النفسي في ستانفورد. طرح عليَّ الكثير من الأسئلة ثم انتقل على الفور إلى وصف صرامة مجتمع الطب النفسي في ڤيينا، الذي رفض الاعتراف بمساهماته. بدأت أشعر أنني في حفل شاي عند ماد هاتر[1]. فقد جئته طالبًا المشورة النفسية، فوجدته يطلب مني المواساة على المعاملة غير المحترمة التي تلقاها من مجتمع المتخصصين في ڤيينا. استمرت شكواه لبقية جلستنا ولم يطرح خلالها أي سؤال عن أسباب قدومي إليه. في لقائنا التالي في اليوم التالي، سألني عن إمكانية دعوته لإلقاء محاضرة على فريق ستانفورد الطبي والطلبة هناك في كاليفورنيا، ووعدته بمحاولة ترتيب ذلك.

قرأ الملايين في مختلف أنحاء العالم كتاب «الإنسان يبحث عن المعنى»، وهو كتاب مؤثر وملهم كُتب في عام 1946، ولا يزال حتى اليوم من أكثر الكتب مبيعًا في علم النفس. ففي هذا الكتاب يروي فرانكل تجربته في الهولوكوست وكيف أنقذ حياته تصميمه على مشاركة قصته مع العالم أجمع. لقد استمعت إلى محاضرته الرئيسة عن معنى الحياة عدة مرات، وكان متحدثًا ممتازًا ولم يفشل قطُّ في بث الإلهام عبر محاضراته.

(1) شخصية من قصة أليس في بلاد العجائب - المترجم.

ولكن زيارته إلى جامعة ستانفورد بعد بضعة أشهر كانت مشكلة كبيرة. فقد اتضح في أثناء زيارته إلى منزلنا مع زوجته أنه لم يرتح للثقافة غير الرسمية في كاليفورنيا. وفي إحدى المرات جاءت إلينا مربية الأطفال -وهي شابة من سويسرا تعيش معنا وتساعد في رعاية أطفالنا- باكية بسبب التوبيخ الذي تلقته منه، إذ طلب منها الشاي، فقدمته في كوب من السيراميك وليس الخزف.

أما العرض السريري الذي قدمه لأطباء ستانفورد المقيمين فأخذ منعطفًا كارثيًّا. فقد كان أسلوبه العلاجي (العلاج بالمعنى) يتألف في معظمه من تحديد معنى حياة المريض من خلال جلسة استفسارية تستغرق من 10 إلى 15 دقيقة، ثم وصف هذا المعنى للمريض بطريقة استبدادية. وخلال المقابلة التوضيحية، وقف أحد المقيمين المتمردين -وهو شخص طويل الشعر يرتدي الصنادل- معترضًا وخرج من الغرفة وهو يتمتم: «هذا غير إنساني!» كانت لحظة مروعة للجميع، ولم يكفِ أي قدر من الاعتذار لتهدئة ڤيكتور، الذي كرر طلبه بطرد الطبيب من المستشفى.

حاولت أحيانًا إبداء ملاحظاتي له، ولكنه كان يفسرها في أغلب الأحيان على أنها انتقاد مؤذٍ. وقد تبادلنا المراسلات كثيرًا بعد أن غادر كاليفورنيا، وبعد عام واحد أرسل لي نسخة من مخطوطة كتبها، طالبًا مني نقدها. وقد وصفت إحدى الفقرات بكل تفصيل محاضرة ألقاها في جامعة هارڤرد وقف الحضور خلالها وصفقوا تصفيقًا مرتفعًا خمس مرات. كنت في حيرة من أمري: لقد طلب مني التعليق، ولكن عانيت كثيرًا التفكيرَ في رد، ثم قررت أن أكون صادقًا. حاولت بقدر الإمكان صياغة ردي بألطف قدر ممكن بأن هذا التركيز الشديد على التصفيق ينفِّر من محاضرته وقد يؤدي إلى استنتاج بعض القراء بأنه مهووس

بالتصفيق. وجاء رده على الفور قائلًا: «إرڤ، لن تفهم الموقف؛ لم تكن هناك. لقد وقفوا وصفقوا خمس مرات». حتى أفضل من فينا يعميه أحيانًا جرحه وحاجته إلى الثناء.

قرأت مؤخرًا سيرة ذاتية لأيام الدراسة في الجامعة الطبية بڤيينا في الستينيَّات كتبها الأستاذ هانز شتاينر -زميلي في ستانفورد وصديقي- وقدم من خلالها منظورًا آخرَ. خلال دراسته في ڤيينا، مر هانز بتجربة إيجابية للغاية مع ڤيكتور فرانكل. فقد وصفه بأنه معلم ممتاز تشبه منهجيته الإبداعية تنفس الهواء المنعش في مقابل صلابة أساتذة الطب النفسي الآخرين في ڤيينا.

بعد سنوات تحدثت أنا وڤيكتور فرانكل بإسهاب في مؤتمر كبير عن العلاج النفسي، وجلست بالطبع أستمع إلى محاضرة «الإنسان يبحث عن المعنى». كالعادة، أثار حماس الحضور وتلقى تصفيقًا مدويًا. التقينا بعدها وحصلت على عناق حار منه ومن زوجته إلينور. بعد سنوات حين كتبت العلاج النفسي الوجودي، راجعت أعماله بدقة وأدركت أكثر من أي وقت مضى أهمية ابتكاره ومشاركاته المفصلية في مجالنا. وبعدها، زرت معهد كلية العلاج النفسي بموسكو التي أتاحت برنامجًا لدراسة الدكتوراه في تخصص العلاج بالمعنى، وأسرتني الصورة التي علقوها بالحجم الطبيعي لڤيكتور. وفي أثناء تحديقي إليها أدركت فورًا حجم شجاعته وكذلك عمق ألمه. أعلم من كتابه حجم الصدمة التي خلفتها أهوال احتجازه في أوشفيتز، لكن في لقاءاتي الأولى معه في ڤيينا وستانفورد لم أكن على الاستعداد الكافي للتعاطف الكامل معه أو تقديم الدعم الذي يمكنني تقديمه. لاحقًا، خلال علاقتي مع الرموز البارزة في المجال -كرولو ماي- لم أكرر الخطأ نفسه.

الفصل الحادي والعشرون

كل يوم يقترب قليلا

دفعتني كتابة هذه المذكرات إلى تأمل منحنى الأحداث في حياتي العملية بصفتي كاتبًا. في وقت معين، انتقلت من كتابة المقالات والكتب المتمحورة حول الأبحاث الموجهة للأكاديميين إلى الكتابة إلى الجمهور العام، وأعزو هذا التحول إلى كتاب غريب بعنوان عجيب: «كل يوم يقترب قليلًا» المنشور في عام 1974. في هذا الكتاب ابتعدت عن اللغة البحثية الكمية وسعيت إلى محاكاة الحكَّائين الذين قرأت لهم على مدار حياتي. لم أدرِ في ذلك الوقت أنني سأصل إلى تعليم العلاج النفسي من خلال أربع روايات وثلاث مجموعات قصصية.

لقد بدأ تحولي في أواخر الستينيَّات عندما أدخلت إلى مجموعتي العلاجية جيني إلكينز، وهي زميلة في مجال الكتابة الإبداعية في جامعة ستانفورد. وكان علاجها مشكلة كبيرة بسبب خجلها الشديد وإحجامها عن طلب انتباه المجموعة أو تلقيه. وبعد بضعة أشهر أكملت زمالتها وحصلت على وظيفة تدريس مسائية تتعارض مع وقت جلسة المجموعة.

ورغم أن جيني أرادت استكمال العلاج الفردي معي، لم تستطع تحمل رسوم ستانفورد، لذا اقترحت عليها ترتيبًا غير معتاد. وافقت على إلغاء الرسوم إن كتبت ملخصًا بعد كل جلسة تصف فيه جميع المشاعر والأفكار التي لم تعبر عنها خلال جلستنا. وفي المقابل سأفعل الشيء نفسه، وسيسلم كل منا ملخصه إلى السكرتارية في مظروف مغلق. ثم بعد عدة أسابيع من العلاج، سيقرأ كل منا ملخص الآخر.

لماذا هذا الاقتراح الغريب؟ أولًا لأن جيني رأتني على غير ما أنا عليه، أو بمصطلحات العلاج النفسي: شعرت بنقل أو تحويل إيجابي شديد، فقد قدستني، وراعتني دائمًا، وتصرفت كالطفلة في وجودي. فبدا لي أن من المفيد لها اختبار الواقع عن طريق قراءة أفكاري في صورتها الخام غير المنقحة بعد كل جلسة من جلساتنا، ولا سيما معرفة شكوكي وعدم يقيني من الطريقة المناسبة لمساعدتها. لذلك نويت أن أبوح بما في نفسي أكثر خلال علاجها على أمل أن أشجعها على فعل الشيء نفسه.

إلا أن هناك سببًا آخرَ شخصيًّا أكثر: رغبت في أن أكون كاتبًا. كاتبًا حقيقيًّا. شعرت بالاختناق بسبب العمل الشاق على تأليف كتاب دراسي علمي من 500 صفحة، يليه المشاركة في كتابة دراسة بحثية من 500 صفحة حول مجموعات المواجهة. وتخيلت أن خطتي مع جيني قد توفر لي تمرينًا غير عادي، وفرصة لكسر أغلال مهنتي، والعثور على صوتي من خلال التعبير عن أي شيء يخطر ببالي فورًا بعد كل ساعة. علاوة على ذلك، كانت جيني كاتبة ماهرة، واعتقدت أنها قد تشعر براحة أكبر في التواصل من خلال الكتابة بدلًا من الكلام المنطوق.

تبين أن تبادلنا الملاحظات كل بضعة أشهر مفيد للغاية. فكلما درس المشاركون علاقاتهم الشخصية، ينخرطون أكثر في الجلسة التي هم فيها. ففي كل مرة يقرأ كلٌّ منا ملخص الآخر، تزداد خبرتنا

العلاجية ثراءً. وعلاوة على ذلك، وفرت الملاحظات تجربة شبيهة بتجربة راشومون[1]: فرغم أننا عشنا الساعة نفسها، فإن خبرتنا خلالها اختلفت للغاية، وكل واحد منا رأى قيمة أكبر في جزء مختلف من الجلسة. ماذا عن تفسيراتي العذبة العبقرية؟

للأسف لم تنصت إلى أي منها. وبدلًا عن ذلك رأت قيمة في التصرفات الشخصية التي لا أكاد ألاحظها أنا، كثنائي على ملابسها أو مظهرها، واعتذاراتي الغريبة على التأخر دقيقتين، وضحكي على تهكمها، وتعليمي لها كيفية الاسترخاء.

لسنوات بعدها، ظللت أستخدم ملخصاتنا في جلسات العلاج النفسي مع الأطباء المقيمين في قسم الطب النفسي، وقد فاجأني الاهتمام الشديد الذي أبداه الطلاب باختلاف أفكارنا ووجهات نظرنا المتنوعة. وعندما عرضت الملخصات على مارلين، رأت أنها تشبه رواية رسائلية واقترحت نشرها في شكل كتاب، وتطوعت على الفور لتحريرها. وبعد فترة وجيزة، ذهبت هي وابننا ڤيكتور في رحلة تزلج، وفي أثناء حضور ڤيكتور دروس التزلج الصباحية، عكفت على تهذيب وتوضيح ملخصاتنا.

كانت جيني متحمسة لمشروع النشر. فمن المفترض أن يكون هذا كتابها الأول، واتفقنا على أن نتقاسم العائدات بالتساوي، وأن تحصل مارلين على 20%. في عام 1974، نشرت دار نشر بيزك بوكس الكتاب تحت عنوان «Every Day Gets a Little Closer». حين أفكر الآن أجد أن اقتراح مارلين للعنوان الفرعي: «علاج نفسي يُحكى مرتين» (المقتبس من رواية هاوثورن)، كان أفضل بكثير، لكن جيني أحبت

(1) الاسم مأخوذ من فيلم راشومون للمخرج الياباني أكيرا كوروساوا، الذي يتحدث عن جريمة شهد عليها أربعة أشخاص وكل منهم يروي قصة الحادث بشكل يناقض قصص الشهود الآخرين.

أغنية بادي هولي القديمة «Everyday» ورغبت دائمًا في أن تكون هذه أغنية زفافها. بعد بضع سنوات، عندما صدر فيلم بادي هولي، استمعت بعناية شديدة إلى الكلمات وفوجئت عندما اكتشفت أن جيني أخطأت. فقد كانت الكلمات في الواقع «كل يوم هو اقتراب قليل».

كتبت أنا مقدمة وخاتمة الكتاب وكتبت جيني مقدمة وخاتمة للكتاب كذلك، ولدي ذكريات لا تمحى عن كتابة مقدمتي وخاتمتي للكتاب. فرغم أنني كتبت قبلها الكثير من الأعمال المتخصصة في مكتبي في قسم العيادات الخارجية للطب النفسي، وجدته هذه المرة مزدحمًا وصاخبًا للغاية بحيث يمنع عني الإلهام في الكتابة. كان قسم الطب النفسي في ذلك الوقت يشغل الجناح الجنوبي من مستشفى ستانفورد، حيث كانت مكاتب رئيس القسم وأعضاء هيئة التدريس والعديد من غرف العلاج. وكان الجناح المجاور له يشغله كارل بريبرام، أحد أعضاء هيئة التدريس الذي كان يجري أبحاثًا على القرود، ومن حين لآخر يهرب أحد قردته ويمرح في العيادة وغرفة الانتظار، ويثير الفوضى. وبعد مختبر بريبرام مباشرة توجد غرفة الأرشيف، حيث تخزَّن ملفات المرضى. وهي غرفة مظلمة بلا نوافذ، إلا أنها تتمتع بالهدوء والخصوصية التامة والمساحة الكافية للتجول فيها وبناء الجمل المعقدة والقراءة جهرًا لنفسي. لقد أحببت تلك الغرفة المروعة، فقد ذكرتني بمكتبي في الطابق السفلي الذي كتبت عليه لساعات لا حصر لها خلال مراهقتي شعرًا لن تسمعه أذن غيري (رغم أنني قرأت بعضه أحيانًا لمارلين).

لقد استمتعت بالساعات التي قضيتها في تلك الغرفة المظلمة، باحثًا عن النغمة الصحيحة. وقد كانت نقطة تحول حاسمة: بلا بيانات، ولا حقائق، ولا إحصاءات، ولا تدريس، بل ترك أفكاري تتجول. لا أستطيع الغناء، لكنني كنت أغني لنفسي. أنا متأكد أيضًا من أن جبل الرسوم

البيانية المحيط بي وآلافًا من قصص المرضى تسربت إلى وعيي عندما بدأت في كتابة المقدمة:

يصيبني الحزن دائمًا حين أعثر على دفاتر المواعيد الملآنة بأسماء مرضى أوشكت على نسيان أسمائهم مع أننا اقتسمنا أرق التجارب. الكثير من الناس، والكثير من اللحظات الجميلة. ماذا حدث لهم؟ تذكرني خزائن الملفات الشاهقة وأكوام التسجيلات الصوتية في كثير من الأحيان بمقبرة كبيرة: حياة بشر مضغوطة في ملفات سريرية، وأصوات محبوسة في أشرطة مغناطيسية كهربائية تعزف بلا صوت وتبث إلى الأبد آلامها. يمنحني العيش مع هذه الشواهد شعورًا قويًّا بالزوال. وحتى حين أنسى نفسي في الواقع، أشعر بشبح التحلل الذي يراقبني وينتظر. إنه التحلل الذي سيقضي في النهاية على التجربة المُعاشة، وكذلك يضفي بحتميته الشديدة عليها العاطفة والجمال. إن رغبتي في فهم تجربتي مع جيني قوية للغاية، وأنا مفتون بفرصة درء التحلل وإطالة عمر حياتنا القصيرة معًا. وكم تسعدني معرفة أنني سأبقى في عقول القراء بدلًا من مستودع مهجور يحوي ملاحظات سريرية لم تُقرأ وأشرطة تسجيل لم تُسمع.

كانت كتابة هذه المقدمة لحظة تحول محورية. بحثت عن صوت عذب وفي الوقت نفسه وجهت انتباهي إلى ظاهرة العبور، وهي بوابة دخولي إلى وجهة النظر الوجودية.

في الفترة نفسها التي التقيت فيها جيني للعلاج، وقعت لي مواجهة حرفية حين منحنا أحد زملاء مارلين فرصة نادرة للاطلاع على كواليس حياة أرنست هيمنجواي الذي انتحر في 1961. في مكتبة إحدى الجامعات رأى زميلها خبيئة من الرسائل غير المنشورة كتبها هيمنجواي إلى صديقه باك لانهام، اللواء القائد لأحد جيوش الغزو النورماندي. ولأنه لا يستطيع نسخ هذه الرسائل، أملى زميل مارلين الرسائل خلسة لمسجل صغير، ثم أعاد كتابتها، وأعارنا نسخته لبضعة أيام، مما سمح لنا بإعادة صياغتها ولكن ليس الاقتباس منها.

ألقت تلك الرسائل الضوء بقوة على نفسية هيمنجواي. وقد جمعت المزيد من المعلومات خلال سفري إلى واشنطن لزيارة باك لانهام، الذي عمل حينها إداريًّا في شركة زيروكس وتحلى بالطيبة الكافية ليتحدث إليَّ عن صداقته بهيمنجواي. وبعد إعادة قراءة الكثير من أعمال هيمنجواي، عينت أنا ومارلين حاضنة أطفال وسافرنا في رحلة طويل منعزلة خلال عطلة نهاية الأسبوع إلى مركز ڤيلا مونتالڤو للفنون في ساراتوجا بكاليفورنيا، للتعاون على كتابة مقال.

نُشر مقالنا بعنوان «هيمنجواي: وجهة نظر طبيب نفسي» في عام 1971 في دورية الجمعية الأمريكية للطب النفسي ونقلتها فورًا المئات من الصحف حول العالم. لم يحظَ شيء كتبناه قبله ولا بعده بمثل هذا الاهتمام.

في المقال حللنا شعور عدم الكفاءة الكامن خلف مظهر هيمنجواي المتبجح. ورغم أنه تجاسر وألقى بنفسه بلا كلل في مغامرات رجولية صعبة، مثل: الملاكمة، والصيد في عمق البحر، وصيد الحيوانات الكبيرة، ظل يشعر بالتهديد وكأنه طفل في خطاباته للواء لانهام. لقد أكن الاحترام للبطل الحقيقي: القائد العسكري القوي والشجاع ووصف

نفسه بأنه «كاتب تافه». ورغم أنني أقدره كثيرًا باعتباره كاتبًا، لم تعجبني قطُّ شخصيته العامة، فهي مبالغة في الوقاحة، مفرطة في إظهار الرجولة، ينقصها بشدة التعاطف، ويغلب عليها السكر. أما قراءة رسائله فأظهرت منه الطفل اللين الناقد لنفسه والمبهور بالكبار الأقوياء الشجعان في هذا العالم.

وقد ذكرنا نيتنا في بداية المقال:

«مع أننا نقدر الاعتبارات الوجودية التي أنتجتها ملاقاة هيمنجواي للخطر والموت، فإننا لا نجد عنده القدر نفسه من القدرة على تخطي الحدود والأزمان كما نجد عند تولستوي وكونراد وكامو. سألنا نفسينا عن السبب. لماذا ظلت نظرة هيمنجواي للعالم محدودة؟ ونشك في أن حدود رؤية هيمنجواي ترتبط بقيوده النفسية الشخصية... فكما أنه بلا شك كاتب موهوب جدًّا، فلا شك كذلك في أنه كان رجلًا يواجه مشكلات عميقة، ويعاني الاندفاع الأعمى طوال حياته، وقتل نفسه في نوبة من الهوس الاكتئابي وهو ذو 62 سنة».

ومع أنني تعاونت مع مارلين دائمًا تعاونًا وثيقًا، وأن كلًّا منا قرأ مسودة الآخر، فهذه هي الفقرة الوحيدة التي كتبناها معًا. وما نزال حتى اليوم نتذكر هذه التجربة بسعادة وشعور بأننا سنجد مشروعًا مشتركًا جديدًا رغم عمرنا المتقدم.

الفصل الثاني والعشرون

أوكسفورد وعملات السيد سفيكا المسحورة

سنواتي العديدة في ستانفورد كثيرًا ما تختلط ببعضها بعضًا في ذاكرتي، لكن إجازات التفرغ التي حظيت بها تظل محفورة بوضوح في ذهني. خلال بدايات السبعينيَّات، تابعت التدريس لطلبة الطب والأطباء المقيمين وذكرت العديد منهم ضمن المتعاونين معي في أبحاث العلاج النفسي. وقد نشرت مقالات في دوريات علمية عن العلاج الجماعي لمدمني الخمر والأرامل. ذات مرة طلب مني ناشري أن أعد إصدارًا ثانيًا من كتاب العلاج الجماعي. ولعلمي أن هذا المشروع سيتطلب انتباهي الكامل، طلبت إجازة تفرغ لمدة ستة أشهر، وفي عام 1974 انطلقت أنا ومارلين وابننا البالغ خمسة أعوام إلى أوكسفورد وتحديدًا مستشفى وارنيفورد. أما ابنتنا إيف فكانت قد بدأت الدراسة الجامعية حينئذ في ويسليان، وولدانا الآخران بقيا في بالو ألتو لإنهاء السنة الدراسية تحت رعاية أصدقاء قدماء أقاموا معهما في المنزل.

استأجرنا منزلًا في قلب مدينة أوكسفورد، لكن قبل أن نصل بقليل، وقعت طائرة بريطانية وأودت بحياة جميع الركاب، ومن ضمنهم رب

أسرة العائلة التي ستؤجر لنا المنزل. لذا ففي آخر لحظة، هرعنا لنجد مسكنًا آخر في أوكسفورد. وحين لم نجد سكنًا متاحًا، استأجرنا كوخًا جميلًا قديمًا بسقف من القش يقع في قرية صغيرة بها حانة واحدة تُدعى بلاك بورتون على بُعد 30 دقيقة من أوكسفورد.

وبلدة بلاك بورتون هذه قرية صغيرة، وتحمل جميع السمات البريطانية بحذافيرها، ومنعزلة للغاية، لذا فهي توفر الظروف المثالية للكتابة. ومراجعة الكتب الدراسية عمل شاق وممل، ولكنه ضروري ليظل الكتاب مفيدًا. حللت بعض الأبحاث التي أنهيتها حديثًا، ساعيًا إلى فهم المزيد عما يساعد المرضى حقًّا خلال العلاج النفسي. وكنت قد أعطيت عينة كبيرة من المرضى الناجحين في العلاج الجماعي استبيانًا مكونًا من 55 عبارة (مرتبطة بالتنفيس عن العواطف، والفهم، والدعم، والتوجيه، والشمولية، وترابط المجموعة، وغيرها)، وفي لحظة تجلٍ أخيرة، أضفت مجموعة من خمسة بيانات غير تقليدية ووضعت لها عنوان «العناصر الوجودية»، مثل: «إدراك أن مهما اقتربت من الآخرين، لا بُدَّ أن أواجه الحياة وحدي»، أو «إدراك أنه لا يوجد مهرب من بعض آلام الحياة ومن الموت». طلبت من المرضى ترتيب هذه العوامل إلى مجموعات (تصنيف بمنهجية «Q») من الأقل فائدة إلى الأكثر فائدة، وأذهلني أن أجد أن هذه الفئة من العوامل الوجودية احتلت مرتبة متقدمة أكثر مما توقعت. ومن الواضح أن للعوامل الوجودية دورًا أعظم في العلاج الجماعي الفعَّال مما كنا نتصور، وقد شرعت في توضيح هذا الأمر في فصل جديد.

وما إن بدأت في تناول هذه الفكرة، تلقيت مكالمة من الولايات المتحدة أبلغتني بأنني حصلت على جائزة ستريكر المرموقة في الطب النفسي. وقد سررت بذلك كثيرًا بالطبع، ولكن لم يطل سروري. فبعد

يومين، وصلتني رسالة رسمية تتضمن التفاصيل: فقد طُلب مني أن ألقي خطابًا أمام جمهور كبير في بنسلفانيا بعد عام. ولا مشكلة في ذلك، ولكنني علمت بعد ذلك أنه يتعين عليَّ أن أقدم بحثًا عن موضوع من اختياري في غضون أربعة أشهر حتى تنشره جامعة بنسلفانيا ضمن طبعة محدودة. وآخر شيء أردت فعله حينها هو كتابة بحث عن موضوع واحد، لأنني ما إن أشرع في مشروع كتابة يخلو بالي من كل شيء عداه، وأعلق كل شيء آخر. فكرت في رفض الجائزة، إلا أن عددًا من زملائي أثنوني عن ذلك، وفي النهاية وصلت إلى حل وسط: سأكتب البحث المطلوب عن العوامل الوجودية في العلاج الجماعي، وبهذا يؤدي مهمتين: البحث المطلوب لجائزة ستريكر، والفصل الجديد للكتاب الدراسي بعد مراجعته. وأنا أتأمل تلك اللحظة الآن، أرى أنها كانت بداية العمل الذي سيتراكم ويتحول إلى كتابي الدراسي الذي نشرته بعنوان «مدخل إلى العلاج النفسي الوجودي».

تقع بلاك بورتون في منطقة كوتسوولدز، وهي منطقة ريفية في جنوب إنجلترا تشتهر بحقولها الخضراء الزاهية التي تتوهج بالأزهار في الربيع والصيف. كانت المدرسة المحلية التي ضممت إليها بن ممتازة، وكانت المعيشة رائعة بشكل عام إلا على صعيد واحد: الطقس. لقد دللتنا شمس كاليفورنيا، وفي منتصف يونيو، اشترت مارلين معطفًا ثقيلًا من جلد الغنم. ثم بحلول أواخر يوليو، كنا مكتئبين ومحرومين من الشمس إلى درجة أننا وجدنا أنفسنا ذات صباح ممطر في وكالة سفر في أكسفورد نطلب رحلة إلى أقرب مكان مشمس وغير مكلف. ابتسمت الوكيلة بخبرة -فقد تعاملت مع سائحين من كاليفورنيا من قبل- وحجزت لنا رحلة إلى اليونان. وأكدت لنا: «ستصبح اليونان أقرب أصدقائكما».

ألحقنا بن بمعسكر صيفي لطيف في وينشستر، وذهب ابننا ڤيكتور -الذي انضم إلينا في يونيو بعد نهاية الفصل الدراسي- في جولة بالدراجات الهوائية للشباب في أيرلندا. ثم صعدت أنا ومارلين على متن طائرة متجهة إلى أثينا. وهناك بدأنا في اليوم التالي جولة بالحافلة لمدة خمسة أيام في شبه جزيرة بيلوبونيز التي وعدتنا بشمسها الدائمة.

هبطنا في أثينا ونحن نشعر بالبهجة والتطلع لاستكشاف المكان، ولكن أمتعتنا لم تصل. لم يكن معنا سوى حقيبة يد تحتوي في الغالب على كتب، ووجدنا متجرًا عامًّا صغيرًا لا يزال مفتوحًا في وقت متأخر من الليل بالقرب من فندقنا في أثينا، ومنه اشترينا أساسيات السفر: ماكينة حلاقة، وكريم حلاقة، وفرشاة أسنان، ومعجون أسنان، وملابس داخلية، وفستانًا صيفيًّا مخططًا باللونين الأسود والأحمر لمارلين.

وعلى مدى الأيام الخمسة التالية ارتدينا الملابس نفسها، وإذا رغبت مارلين في السباحة كانت ترتدي قميصها الوحيد وسروالي الداخلي. وسرعان ما تبخر فزعنا من فقدان أمتعتنا، واعتدنا السفر بأمتعة خفيفة. بل ومع مرور الأيام، وجدنا أنفسنا نبتسم ونحن نشاهد زملاءنا السياح يئنون من حمل حقائبهم الكبيرة في الحافلة، بينما نقفز نحن إليها بحرية كالطيور. وبعد أن تحررنا من الأعباء، شعرنا بارتباط أكبر بالأماكن التي زرناها: جبل أوليمبوس، حيث أقيمت أول دورة ألعاب أولمبية قبل أكثر من 2500 عام، ومسرح إبيداوروس القديم، وموقع أوراكل دلفي الجبلي، الذي أحبته مارلين أكثر من غيره وقارنته بفيزيلاي في فرنسا لجماله وسموه الروحي. وفي نهاية الجولة عدنا إلى المطار، وهناك، ولدهشتنا الشديدة، رأينا حقيبتينا تدوران على حزام الأمتعة الفارغ. وببعض التردد، التقطناهما وانطلقنا إلى محطتنا التالية، جزيرة كريت.

في مطار كريت، استأجرنا سيارة صغيرة وقضينا الأسبوع التالي في التجول بروية في الجزيرة. ولم يتبقَ من الذكرى سوى شظايا بعد أربعين عامًا، إلا أنني أتذكر أنا ومارلين الليلة الأولى في كريت ونحن جالسين في حانة، ننظر إلى ضوء القمر المنعكس في المياه المتدفقة في القناة التي تمر على بعد أقدام قليلة من طاولتنا، تعلونا الدهشة من المقبلات التي لم نرها من قبل: أطباق من بابا غنوج، وتزاتيكي، وتاراماسالاتا، ودولماديس، وسباناكوبيتا، وتيروبيتا، وكفتيدس. لقد أحببت هذه الأطباق كثيرًا لدرجة أنني لم أطلب طبقًا رئيسًا في كريت.

«لا أريد شيئًا. لا أخاف شيئًا. أنا حر». أصابتني كلمات نيكوس كازانتزاكيس بالقشعريرة حين قرأتها في اليوم التالي على شاهد قبره خارج أسوار البندقية القديمة المحيطة بمدينة كاندية عاصمة جزيرة كريت. فبعد أن طردته الكنيسة الأرثوذكسية اليونانية بسبب تأليف الكتاب نفسه الذي قرأته في طريقي بالطائرة إلى اليونان -«الإغواء الأخير للمسيح»- مُنع كازانتزاكيس من الدفن داخل المدينة. ركعت عند قبره لتكريم هذه الروح العظيمة وقضيت معظم ما تبقى من رحلتنا في قراءة تكملة الأوديسة الحديثة.

في قصر كنوسوس الضخم، انبهرنا باللوحات الجدارية التي تصور نساء قويات عاريات الصدور يحملن القرابين تحت إشراف كاهنات. وكما اعتادت منذ أن عرفتها، اصطحبتني مارلين في جولة ملآنة بالمعلومات وأولت انتباهًا خاصًا لهيمنة هذه الشخصيات النسائية. وقد ناقشت هذه الرموز بعد عشرين عامًا في كتابها الصادر عام 1997 بعنوان «تاريخ الثدي»[1].

(1) The History of the Breast

صعدنا إلى الجبال وواصلنا طريقنا إلى دير كريتاني متقشف. ورغم أننا دُعينا لتناول الغداء، فقد سُمح لنا بزيارة جزء صغير للغاية من الدير، خشية أن نشوش على الرهبان تأملهم. فضلًا عن ذلك، لم يُسمح للإناث بدخول الدير الرئيس حتى الإناث من الحيوانات، بما فيهن الدجاج.

وفي أثناء وجودنا في كاندية، انطلقنا للبحث عن عملات يونانية قديمة لنهديها إلى ابننا الأكبر ريد بمناسبة تخرجه في المدرسة الثانوية. وفي أول متجر، قيل لنا إن بيع العملات القديمة للسياح أمر غير قانوني، لكن كل تجار العملات تجاهلوا هذه المقولة، وأظهروا لنا على الفور -وإن كان خلسة- مخزونهم الخاص. ومن بين كل متاجر العملات، كان متجر سفيكا -الذي يقع مباشرة أمام المتحف الوطني، الذي تزين نافذته الأمامية لوحة كبيرة لنحلة ذهبية- الأشد إبهارًا لنا. وبعد مناقشة مطولة مع السيد سفيكا الودود صاحب الخبرة الكبيرة، اشترينا عملة فضية يونانية لريد واثنتين أخريين سنجعلهما أنا ومارلين قلادات. وأكد لنا أن بإمكاننا إعادتها في أي وقت إذا شعرنا بعدم الرضا. وفي اليوم التالي، زرنا متجرًا صغيرًا في بدروم يملكه تاجر تحف يهودي مسن. وهناك اشترينا بعض العملات الفضية الرومانية الرخيصة، وفي سياق الصفقة، أريناه العملات التي اشتريناها للتو من سفيكا. فحصها بإيجاز ثم أعلن بثقة كبيرة: «إنها مزيفة - مزيفة جيدًا. ولكنها مزيفة على أية حال».

عدنا إلى متجر سفيكا وطلبنا استرداد أموالنا. وكأنه ينتظرنا، سار دون أن ينبس ببنت شفة إلى خزينة النقود، وأخرج بكل شموخ مظروفًا يحوي أموالنا. وسلمه إلينا قائلًا: «سأعيد المال كما وعدتكما ولكن بشرط واحد: لن تكونا موضع ترحيب في هذا المتجر بعد الآن».

خلال مواصلة رحلتنا حول الجزيرة، توقفنا عند متاجر أخرى لبيع العملات المعدنية، ووصفنا أكثر من مرة ما مررنا به بمتجر سفيكا. فقالوا جميعًا: «ماذا؟ أأهنتما سفيكا؟ سفيكا، المثمن الرسمي للمتحف الوطني؟» ووضع محدثنا يده على صدغه وحرك رأسه يمنة ويسرة قائلًا: «إنكما مدينان له باعتذار».

لم نجد قطُّ هدية بديلة مناسبة وبدأنا نشكك في قرارنا بإعادة العملات. وفي آخر ليلة في زيارتنا لكريت، قررنا استغلال هدية عطلة قدمها لنا زميل في أوكسفورد: لفافة ماريجوانا نحيفة. ومع عدم اعتيادنا التدخين، أشعلنا اللفافة وذهبنا لتناول العشاء في أحد المطاعم المفتوحة بمنطقة السوق، حيث استمتعنا بالطعام الساحر والموسيقى والرقص لساعات. بعد العشاء، تجولنا بلا هدى في شوارع العاصمة وبدأنا نتوه، ثم بدأنا في الشعور بالريبة، ظانين أن الشرطة تلاحقنا. ومع عجزنا عن العثور على سيارة أجرة هرعنا عبر متاهة من الشوارع محاولين العثور على فندقنا، وبطريقة ما في ظلمة الليل وجدنا أنفسنا في شارع فارغ أمام متجر على نافذته لوحة لنحلة ذهبية كبيرة: متجر عملات سفيكا. ونحن نحدق إلى النحلة، ظهرت سيارة أجرة فارغة بأعجوبة، فصحنا بها ووصلنا بعد قليل إلى بر الأمان بالفندق.

لم تقلع طائرتنا العائدة إلى لندن إلا في بداية فترة ما بعد الظهيرة، وبينما كنت أنا ومارلين نتناول وجبة الإفطار المكونة من كعكة الجبن الكريتية، ناقشنا الليلة السابقة. ورغم تشككي، لم أستطع منع نفسي من التساؤل عما إذا كنا قد تلقينا نوعًا من الرسائل الغامضة عندما وجدنا أنفسنا أمام متجر سفيكا. وكلما ناقشنا الأمر أكثر، زاد اقتناعنا بأننا ارتكبنا خطأً فظيعًا، وهو خطأ لا يمكن تصحيحه إلا بالاعتذار المتذلل للسيد سفيكا وإعادة شراء تلك العملات المعدنية. عدنا إلى المتجر،

وتحدينا حظر سفيكا، ودخلنا. وعندما قابلنا سفيكا، بدأنا في الهمهة ببعض كلمات الاعتذار، لكنه قطعها بوضع أصابعه على شفتيه، ودون أن ينبس ببنت شفة، أحضر العملات المعدنية الثلاث. ودفعنا السعر القديم نفسه. وبعد ساعات قليلة، ونحن في طائرة العودة إلى لندن، قلت لمارلين: «إذا كان هو وجميع تجار كريت متواطئين، وإذا كانت لديه الجرأة لبيعي العملات المزيفة نفسها مرتين، فإنني أقول: «أرفع لك القبعة يا سيد سفيكا!»».

فور عودتنا إلى أوكسفورد أخذنا العملات إلى متحف أشموليان لنحصل على تثمين رسمي. بعدها بأسبوع تلقينا القرار: جميع العملات زائفة إلا العملات الرومانية الصغيرة التي اشتريناها من التاجر اليهودي العجوز في متجر البدروم الصغير. ومن هنا بدأت مغامرات العمر في اليونان.

الفصل الثالث والعشرون

العلاج النفسي الوجودي

منذ قرأت كتاب الوجود لرولو ماي في بداية مرحلة الإقامة وأخذت أول دورة في الفلسفة في هوبكنز وأنا أفكر في طريقة لدمج حكمة الماضي في مجال العلاج النفسي. وكلما قرأت في الفلسفة، أدركت كم الأفكار العميقة التي تجاهلها الطب النفسي. وأندم كثيرًا على أن أسسي في الفلسفة والعلوم الإنسانية عمومًا متهدمة، وعقدت العزم على البدء في سد الثغرات الموجودة في علمي.

بدأت في مراجعة عدد من دورات ستانفورد للطلبة الجامعيين في علم الظواهر والفلسفة الوجودية، وكثير منها يدرسها المفكر والمحاضر البارز د. داجفين فوليسدال. وجدت المواد رائعة -وإن كانت كثيفة وصعبة- وعانيت على وجه الخصوص مع إدموند هوسرل ومارتن هايدجر. ووجدت كتاب هايدجر «الوجود والزمن» كئيبًا، وإن كان مثيرًا للاهتمام، لدرجة أنني حضرت دورة د. داجفين عن هايدجر مرتين. لاحقًا نشأت بيننا صداقة امتدت طول العمر. من أساتذة ستانفورد الذين درسوا كذلك دورات في نطاق اهتمامي الأستاذ ڤان هارڤي، الذي شغل رئاسة قسم الدراسات الدينية في جامعة ستانفورد لفترة طويلة

رغم اعتناقه مذهب اللاأدرية بإخلاص. جلست في الصف الأول بفصله وأنصت بانبهار لمحاضرته عن كيركيجارد ونيتشه، وهاتان دورتان لا أنساهما إطلاقًا. وكذلك أصبح ڤان هارڤي صديقًا مقربًا لاحقًا، وحتى يومنا هذا نلتقي على الغداء بشكل منتظم للحديث عن الفلسفة.

لقد تغيرت حياتي المهنية بالكامل: أصبحت أقل سعيًا إلى التعاون في المشروعات العلمية مع أعضاء قسمي. وعندما قرر أستاذ علم النفس ديڤيد روزنهان قضاء إجازة تفرغ، حللت محله في تدريس مقرره الجامعي الكبير حول علم النفس اللاقياسي، ولكنها النهاية بالنسبة لي وآخر دورة أدرِّسها من هذا النوع.

وابتعدت تدريجيًّا عن انتمائي الأصلي إلى العلوم الطبية وبدأت في ترسيخ قدمي في العلوم الإنسانية. كانت فترة مثيرة، وكذلك فترة للشك في الذات: إذ شعرت في كثير من الأحيان أنني دخيل تفوتني التطورات الجديدة في علم النفس وفي الوقت نفسه مجرد هاوٍ في الفلسفة والأدب. بالتدريج اخترت من المفكرين الذين بدوا أنسب لمجالي. فاعتنقت أفكار نيتشه، وسارتر، وكامو، وشوبنهاور، وأبيقور/لوكريتيوس، وتجاوزت كانط، ولايبنتز، وهوسرل، وكيركيجارد، لأن التطبيق السريري لأفكارهم أبعد بالنسبة إليَّ.

كما حالفني الحظ بفرصة حضور محاضرات ألقاها الأستاذ الإنجليزي ألبرت جيرارد، وهو ناقد أدبي وروائي بارز، ثم حظيت بشرف التعاون معه في التدريس. وأصبح هو وزوجته ماكلين -وهي كاتبة أيضًا- صديقين عزيزين. وفي أوائل السبعينيات، أنشأ الأستاذ جيرارد برنامجًا جديدًا للدكتوراه في الفكر والأدب الحديث، وشاركت أنا ومارلين في مجلسه. ثم بدأت في التدريس أكثر في العلوم الإنسانية وأقل في الطب. ومن أول الإنتاجات في الفكر والأدب الحديث «الطب النفسي والسيرة

الذاتية»، الذي شاركت في تدريسه مع توم موسر -رئيس قسم اللغة الإنجليزية في جامعة ستانفورد- الذي أصبح أيضًا صديقًا تجمعني به علاقة جيدة. وشاركت أنا ومارلين في تدريس «الموت في الأعمال الخيالية»، وشاركت في تدريس «الفلسفة وعلم النفس» مع داجفين فولسدال.

في ذلك الوقت ركزت قراءاتي بقوة على المفكرين الوجوديين في عالم الأدب وكذلك الفلسفة، مثل: دوستويفسكي، وتولستوي، وبيكيت، وكونديرا، وهيسه، وموتيس، وهامسون الذين لم يتناولوا بشكل رئيس قضايا الطبقة الاجتماعية، والغزل، والمساعي الجنسية، والغموض، والانتقام، بل انشغلوا بجوانب الوجود الأعمق بكثير والمؤثرة. لقد عانوا للعثور على المعنى في عالم بلا معنى عن طريق مواجهة الموت المحتوم والعزلة العصية على الكسر. وقد شعرت بهذه المعضلات النابعة من حقيقة الفناء. وشعرت أنها تحكي قصتي: ليس قصتي فقط، بل وقصة كل مريض استشارني. وفهمت أكثر فأكثر أن العديد من القضايا التي يعانيها مرضاي -من الشيخوخة، والفقد، والموت، ومواجهة الاختيارات الكبرى في الحياة، مثل: اختيار المهنة التي سيمارسها أو الشخص الذي سيتزوج به- عالجها الروائيون والفلاسفة بعلاج مقنع أكثر مما فعل أهل مجالي.

لقد بدأت أعتقد أنني أستطيع أن أكتب كتابًا يدمج بعض أفكار الأدب الوجودي في العلاج النفسي، ولكنني في الوقت نفسه قلقت من غروري باتخاذ مثل هذه الخطوة. ألن يرى الفلاسفة الحقيقيون ما وراء القشرة الرقيقة من المعرفة التي أمتلكها؟ دفعت هذه المخاوف جانبًا وبدأت العمل، لكنني لم أتخلص قطُّ من القلق الذي يصيب المتظاهر الذي ظل يطن في رأسي. كما أدركت أن هذا مشروع كبير طويل الأمد. فخططت لقضاء أربع ساعات كل صباح في القراءة وتدوين الملاحظات

في الاستوديو الصغير فوق المرأب، ثم مع حلول الظهيرة أركب الدراجة نحو ستانفورد في رحلة تمتد لـ 20 دقيقة وأقضي بقية اليوم مع الطلاب والمرضى.

وإلى جانب مراجعة المنشورات الأكاديمية، لجأت إلى أكوام من الملاحظات السريرية المستخلصة من المرضى. وحاولت كثيرًا تصفية ذهني من المخاوف اليومية والتأمل في تجربة الوجود الطاغية. طفت أفكار عن الموت كثيرًا في عقلي اليقظ وطاردتني في أحلامي. وخلال بداية عملي على الكتاب، رأيت حلمًا قويًا ظل حتى اليوم حيًا وكأنني رأيته ليلة أمس فحسب.

أمي وأصدقاؤها وأقاربها ميتون جميعًا الآن، ويجلسون كلهم هامدين على درجات سلم. أسمع صوت أمي ينادي -صائحًا- اسمي. وألاحظ العمة ميني تجلس على قمة السلم بثبات شديد. ثم بدأت في التحرك ببطء في البداية وتسارعت خطواتها إلى أن أصبحت تهتز في حركتها أسرع من النحلة. في اللحظة نفسها، يبدأ كل من على السلم -كل الكبار في طفولتي وكل الميتين- في الاهتزاز بسرعة متزايدة. إلى أن يصل إليَّ العم إيب ويقرص خدي ضاحكًا: «ابني العزيز» كما اعتاد أن يقول. ثم يمد الآخرون أيديهم إلى خدي. أجد منهم في البداية الحنان، لكن يكتسب القرص شدة وإيلامًا، وأصحوا من نومي مرتعدًا، شاعرًا بالنبض في خدي، في الثالثة صباحًا.

هذا الحلم مواجهة مع الموت. في البداية تناديني أمي الميتة، وأرى جميع الموتى من عائلتي يجلسون في صمت مخيف على درجات سلم. ثم يبدؤون جميعًا في الحركة. ألاحظ على وجه الخصوص عمتي ميني، التي ماتت بعدما عاشت لمدة عام كامل في متلازمة المنحبس[1]. فقد أصابتها سكتة دماغية عنيفة بالشلل لعدة أشهر، وأعجزتها عن تحريك أي عضلة في جسدها عدا عينيها. أرعبني التفكير فيها بهذه الحالة. في الحلم، تبدأ ميني بالحركة، لكن تتحول الحركة إلى سعار. أحاول تخفيف خوفي بتخيل الموتى وهم يقرصون خدي بحنان. لكن قرصهم أصبح شديدًا وحقودًا: إنني أُجذب للانضمام إليهم وسيأتيني الموت أنا أيضًا. طاردتني صورة عمتي وهي تهتز كالنحلة لأيام. لم أستطع إبعادها عن ذهني. فالشلل الكامل وموتها وهي حية كان أمرًا مرعبًا عجزت عن تحمله، لذا حاولت في الحلم إلغاء ذلك عن طريق جعلها تهتز. وكثيرًا ما تزورني كوابيس من وحي أفلام عن الموت والعنف، لا سيما أفلام الهولوكوست. وطريقتي الرئيسة في التعامل مع الرعب من الموت هي من دون شك: التجنب.

لطالما ظننت أنني سأموت في عمر التاسعة والستين مثل أبي. ومنذ أول طفولتي، أتذكر عائلتي الممتدة وهي تقول أمرين عن الذكور من عائلة يالوم: إنهم رقيقون، ويموتون في سن مبكرة. اختطف الشريان التاجي شقيقَي أبي وهما في الخمسينات من عمرهما، وكاد الشريان التاجي يأخذ أبي كذلك حين كان في السابعة والأربعين.

عندما كنت في كلية الطب، تعلمت المزيد عن علم وظائف الأعضاء وتأثير النظام الغذائي على لويحات الشرايين التاجية، غيرت عاداتي

(1) الحالة المرضية التي يكون فيها المريض في حالة استيقاظ ووعي ولكنه غير قادر على التواصل الشفهي مع الآخرين بسبب كونه في حالة شلل كامل لكل عضلاته الإرادية عدا عضلات العينين. - المترجم.

الغذائية بشكل مفاجئ ودائم، فقللت بشكل حاد من تناولي للدهون الحيوانية. وتجنبت اللحوم الحمراء وانتقلت تدريجيًا إلى نظام غذائي نباتي في غالبه. وواظبت على تناول الستاتين[1] لعقود من الزمن، وراقبت وزني باهتمام، ومارست الرياضة بانتظام، وفاجأت نفسي بالعيش لمدة طويلة بعد التاسعة والستين.

بعد شهور من الدراسة والتفكير العميق، توصلت إلى أن مواجهتنا مع الموت ينبغي أن تكون التركيز الرئيس للنهج الوجودي في العلاج النفسي. واعتقدت أن هذا يرجع إلى شدة وعموم الخوف من الموت، أما الآن فأنظر إلى ذلك القرار ولا أستطيع تجاهل احتمالية أن رأيي اعتراه الخلل بسبب قلقي الشخصي من الموت. ولأشهر قرأت كل ما وجدته عن الموت، بداية من أفلاطون وانتهاءً بليو تولوستوي وكتابه «موت إيفان إيليتش»، وجاك كورون وكتابه «الموت والفكر الغربي»، وإرنست بيكر وكتابه «إنكار الموت».

كان الأدب العلمي عن الموت واسعًا وممتدًا ويغلب عليه الغموض ومستبعد من الطب النفسي، لدرجة أنني أدركت أن مساهمتي الفريدة قد تأتي من عملي مع المرضى. في ذلك الوقت، كان المكتوب عن الموت في المنشورات السريرية قليلًا جدًا، وعلمت أنني مضطر إلى العثور على طريقي بنفسي. مع ذلك، مهما حاولت مناقشة القلق من الموت مع مرضاي النفسيين، لم أستطع إشراكهم في منافشة طويلة. وما حدث أننا نناقش المسألة للحظات قليلة ثم ننحرف إلى شيء آخر بسرعة. وبالنظر إلى تلك المرحلة، أعتقد أنني بلا شك أوصلت إلى مرضاي أنني غير مستعد للتحدث عن الموضوع. من ثم اتخذت قرارًا سيحدد سنواتي العشر التالية من الممارسة السريرية: سأعمل مع المرضى المضطرين إلى التحدث

(1) دواء لخفض الكوليسترول - المترجم.

عن الموت لأن مواجهتهم معه وشيكة. بدأت في مشورة مرضى في قسم الأورام بستانفورد ممن شُخصوا بسرطان لا علاج له. في الوقت نفسه، حضرت محاضرة تلقيها إليسابيث كوبلر-روس، الرائدة في العمل مع الموت، وصدمني أول سؤال وجهته إلى مريض بمرض خطير: «كم أنت مريض؟» وجدت في السؤال قيمة كبيرة، فهو يقول الكثير، لا سيما أنني منفتح ومستعد للتطرق إلى أي شيء يريده المريض مهما كان سوداويًّا.

وتفاجأت مفاجأة كبيرة بمدى العزلة التي ترافق مواجهة مرض الموت. وتلك العزلة ثنائية الاتجاه: من ناحية يمتنع المرضى عن مناقشة أفكارهم المروعة حول الموت خوفًا من إزعاج أسرهم وأصدقائهم، ومن الناحية الأخرى يبتعد المقربون من المريض عن الحديث في الموضوع لتجنب إزعاج المريض. وكلما قابلت عددًا أكبر من مرضى السرطان، زاد اقتناعي بإمكانية تخفيف هذه العزلة من خلال مجموعة علاجية. وقد قلق أطباء الأورام الذين تحدثت إليهم من خططي ولم يدعموها في البداية. كنا حينئذ في أوائل السبعينيَّات، وكان عقد مثل هذه المجموعة يشي بالتهور وقد يؤدي إلى ضرر. فضلًا عن ذلك، فهي مغامرة غير مسبوقة: لم يكن هناك تقرير واحد عن مجموعة علاجية لمرضى السرطان في المنشورات العلمية.

لكن مع تراكم الخبرة، زاد اقتناعي بأن مثل هذه المجموعة قد تقدم الكثير، وبدأت في نشر الخبر في مجتمع ستانفورد الطبي. وقبل مرور فترة طويلة، أتت باولا ويست -المريضة التي ستصبح مهمة بالنسبة إليَّ في عملي مع مرضى السرطان. فرغم أنها كانت تعاني نقيلة مؤلمة في عمودها الفقري، واجهت حالتها بجمال شديد. لاحقًا وصفت علاقتي بها في قصة «رحلات مع باولا» التي نُشرت ضمن مجموعة «أمي ومعنى الحياة» وتبدأ القصة كالتالي:

حين دخلت مكتبي أول مرة، أسرني مظهرها على الفور. أسرتني عزتها الواضحة في تحاملها، وابتسامتها المشعة التي جذبتني، وغرابة شعرها القصير المتوهج بالأبيض الذي يضفي عليها جموحًا صبيانيًّا، وشيء لا أستطيع تسميته سوى «الإشراق» بدا وكأنه ينبعث من عينيها الحكيمتين الزرقاوين بشدة.

قالت: «اسمي باولا ويست. أنا مصابة بسرطان عضال، لكنني لست مريضة سرطان». وبالفعل لم أعتبرها مريضة سرطان خلال رحلاتي معها على مدى سنوات طويلة. شرعت في وصف تاريخها المرضي بطريقتها الدقيقة المجزأة: شُخصت بسرطان الثدي قبل خمس سنوات. استُؤصل هذا الثدي جراحيًّا، ثم السرطان في الثدي الآخر، واستُؤصل هذا الثدي هو الآخر. ثم جاء العلاج الكيماوي وحاشيته المعروفة: الغثيان والقيء والتساقط التام للشعر. ثم العلاج الإشعاعي عند أقصى درجة مسموح بها. لكن ما من شيء استطاع إبطاء انتشار السرطان حتى وصل إلى الجمجمة والعمود الفقري ومحجري العينين. طلب سرطان باولا إطعامه، ورغم قرابين الجراحين من ثدييها، والغدد الليمفاوية، والمبايض، والغدد الكظرية، ظل مسعورًا.

حين أتخيل جسد باولا عاريًا أرى صدرًا مملوءًا بالندوب وخاليًا من الأثداء أو اللحم أو العضلات، ويشبه حطام سفينة شراعية غارقة، وتحت صدرها بطن مغطى

بالندوب الجراحية، وكل ذلك يعتمد على فخذين سميكين غير متناسقين بسبب الستيرويد. باختصار: امرأة تبلغ 55 عامًا بلا ثديين أو غدد كظرية أو مبايض أو رحم، وبالتأكيد بلا رغبة جنسية.

لقد أحببت طوال عمري النساء اللاتي يتمتعن بأجساد رشيقة قوية، وثديين ممتلئين، وشهوانية واضحة. ومع ذلك، حدث لي أغرب شيء حين قابلت باولا أول مرة: وجدتها جميلة للغاية ووقعت في حبها.

وافقت باولا على الانضمام إلى مجموعة صغيرة تضم ثلاثة مرضى آخرين على وشك الموت. واجتمعنا نحن الخمسة لمدة تسعين دقيقة في غرفة اجتماعات مريحة في مبنى الطب النفسي. بدأت ببساطة بقولي إن جميع الأعضاء يعانون مرض السرطان وأنني أعتقد أننا نستطيع مساعدة بعضنا بعضًا من خلال مشاركة أفكارنا ومشاعرنا.

من بين الأعضاء رجل يُدعى سال يبلغ 30 عامًا ويجلس على كرسي متحرك وهو كباولا شخص باهر. فرغم معاناته من ورم نخاعي متعدد (سرطان مؤلم يصيب العظام ويسبب الكثير من الكسور)، وأنه مغلف بالجبس من الرقبة إلى الفخذ، فقد كانت روحه لا تُكسر. لقد غمر اقتراب الموت حياته بشعور جديد بالمعنى، ومن ثمة تغير تمامًا إلى درجة أنه أصبح يرى مرضه وظيفة تبشيرية. ووافق سال على الانضمام إلى المجموعة على أمل مساعدة الآخرين في العثور على خلاص مشابه.

ورغم أن سال انضم إلى مجموعتنا قبل ستة أشهر من الموعد المناسب، حيث كانت صغيرة للغاية ولا تقدم له الجمهور الذي يبحث عنه، فقد وجد منصات أخرى، لا سيما المدارس الثانوية التي خاطب

فيها المراهقين المضطربين. وقد سمعته يوجه رسالته إليهم بصوت جهوري.

أتريد إفساد جسدك بالمخدرات؟ أتريد أن تقتله بالكحوليات والحشيش والكوكايين؟ أتريد تهشيمه بالسيارات؟ أتريد قتله؟ إلقاءه من فوق جسر جولدن جيت؟ ألا ترغب فيه؟ حسنًا إذًا: أعطني جسدك! دعني أحصل عليه. أحتاج إليه. سآخذه؛ أريد أن أعيش.

ارتجفت حين سمعته يخطب. لقد اتسم إلقاؤه بالقوة بسبب القوة الخاصة التي نضفيها نحن دائمًا على كلمات المحتضرين. لقد استمع طلاب المدرسة الثانوية في صمت، وشعروا -كما شعرت أنا- أنه يتحدث بصدق، وأنه لم يعد لديه وقت للخداع أو التظاهر.

انضمت مريضة أخرى تدعى إيڤلين تعاني بشدة سرطان الدم، وقدمت لسال فرصة أخرى لممارسة التبشير. أُدخلت إيڤلين على كرسي متحرك وسط عملية نقل دم، ثم قالت للمجموعة: «أعلم أنني أحتضر. يمكنني تقبل هذا. لا يهم بعد الآن. ما يهم هو ابنتي؛ إنها تسمم أيامي الأخيرة». وصفت إيڤلين ابنتها بأنها «امرأة انتقامية غير محبة». وحكت أن شجارًا مريرًا وأحمقَ نشب بينهما قبل أشهر بعد أن أطعمت ابنتها قطة إيڤلين الطعام الخطأ حين تُركت تحت رعايتها. ولم تتحدثا منذ ذلك الحين.

بعد أن استمع إليها سال، تحدث إليها ببساطة وحماس: «أنصتي إلى ما أريد قوله يا إيڤلين. أنا أحتضر أيضًا. اسمحي لي أن أسألك: ما المهم بخصوص ما تأكله قطتك؟ ما المهم في مَن يستسلم أولًا؟ أنت تعلمين

أنه لم يتبقَ لك الكثير من الوقت. لنتوقف عن التظاهر. حب ابنتك هو أهم شيء في العالم بالنسبة إليك. لا تموتي، من فضلك لا تموتي دون أن تخبريها بذلك! سيسمم ذلك حياتها، ولن تتعافى منه أبدًا، وسوف تنقل السم إلى ابنتها! اكسري الدائرة! اكسري الدائرة يا إيڤلين!».

نجحت دعوات سال. ورغم أن إيڤلين ماتت بعد بضعة أيام، أخبرتنا ممرضات الجناح أن إيڤلين تحت تأثير كلمات سال أجرت مصالحة مبللة بالدموع مع ابنتها. شعرت بالفخر الشديد بسال. وكان هذا أول انتصار لمجموعتنا.

بعد عدة أشهر، شعرت أنني تعلمت ما يكفي لأبدأ العمل مع عدد أكبر من المرضى. وظننت أيضًا أن تجانس المجموعة سيزيد فاعليتها. وبما أن أغلب من رأيت من المرضى في عملي كانوا من المصابين بسرطان ثدي منتشر، قررت أن أكوِّن مجموعة من هؤلاء المرضى فقط. بدأت باولا الدعوة إلى المجموعة بجدٍّ، وقابلنا سبعة مرضى جدد وقبلنا ضمهم وانطلقنا رسميًّا.

فاجأتني باولا بافتتاح الجلسة الأولى بقصة يهودية قديمة:

تحدث حاخام مع الرب عن الجنة والنار. قال الرب: «سأريك النار»، وقاد الحاخام إلى غرفة تحتوي على طاولة مستديرة كبيرة. وكان الجالسون حول الطاولة من الجائعين واليائسين. وفي وسط الطاولة وضع قدر ضخم من الحساء ينشر رائحة شهية للغاية أسالت لعاب الحاخام. وكان كل جالس حول الطاولة يحمل ملعقة ذات مقبض طويل للغاية. ورغم أن الملاعق الطويلة وصلت إلى القدر، فقد فاقت مقابضها طولًا أذرع

الجالسين: وبالتالي، لم يستطع أحد تناول الطعام. ورأى الحاخام أن معاناتهم مروعة حقًّا.

قال الرب: «سأريك الآن الجنة»، وذهبا إلى غرفة أخرى مطابقة للأولى تمامًا. وهناك وجد الطاولة المستديرة الكبيرة نفسها، وقدح الحساء نفسه. والناس حوله يمسكون بالملاعق نفسها ذات الأذرع الطويلة، لكن كل شخص هنا بدت عليه النعمة والشبع، وكانوا يضحكون ويتحدثون. لم يفهم الحاخام. قال الرب: «الأمر بسيط، لكنه يحتاج إلى مهارة معينة. في هذه الغرفة يمكنك أن ترى أنهم تعلموا أن يُطعموا بعضهم بعضًا».

رغم أنني أدرت المجموعات على مدى عقود عديدة، لم أرَ من قبل افتتاحية ملهمة بهذا القدر. انسجمت المجموعة سريعًا، وكلما توفي عضو منها، جلبت مكانه عضوًا جديدًا وتابعت العمل مع المجموعة لمدة 10 سنوات. لاحقًا، دعوت الأطباء المقيمين في قسم الطب النفسي للمشاركة في قيادة المجموعة لمدة سنة، وبعدها انضم عضو هيئة التدريس الجديد في الطب النفسي ديڤيد سبيجيل إلي لسنوات طويلة.

ولم توفر المجموعة لعدد كبير من المرضى الراحة وحسب، بل قدمت لي تعليمًا عميقًا. فعلى سبيل المثال لا الحصر، أتذكر امرأة أتت أسبوعًا تلو أسبوع بنظرة مرهقة ويائسة في عينيها، وعبثًا ناضلنا جميعًا لنقدم لها العزاء. ثم فجأة جاءت ذات يوم وفي عينيها لمعة وعلى جسدها فستان زاهٍ. سألنا: «ماذا حدث؟» شكرتنا وقالت إن نقاشات المجموعة في الأسبوع السابق ساعدتها على اتخاذ قرار جوهري. لقد قررت أن تصبح مثالًا أمام أولادها على مواجهة الموت بجمال وشجاعة. ولم أرَ

قطُّ مثالًا أفضل على فكرة أن الشعور بالمعنى في الحياة يخلق شعورًا بالتحسن. وهو مثال صارخ أيضًا على فكرة «التموُّج» التي تساعد الكثيرين على مواجهة الرعب من الموت. يشير «التموج» إلى نقل أجزاء من ذواتنا إلى الآخرين، ولو كانوا أشخاصًا لا نعرفهم، كما تنتشر الموجة الناتجة عن حصاة وقعت في بحيرة إلى مساحات أبعد وأبعد إلى أن تخفى على العين وإن كانت مستمرة على مستوى دقيق جدًّا.

من البداية دعوت المهتمين من الأطباء المقيمين وطلاب الطب والطلبة الجامعيين أحيانًا في ستانفورد إلى مشاهدة المجموعة من خلف المرآة. وعلى عكس المجموعات العلاجية التقليدية في ستانفورد التي تحمَّلت الملاحظة على مضض، اختلف رد مرضى السرطان بقوة:

لقد رغبوا في ذلك ورحبوا بالطلبة. لقد علمتهم مواجهة الموت الكثير عن العيش، وشعروا بالرغبة في نقل ذلك إلى الآخرين.

أبدت باولا نقدًا شديدًا لمراحل الحزن التي وضعتها كولبر-روس. وبدلًا منها، ركزت بشدة على النمو والتعلم من مواجهة الموت وكثيرًا ما تحدثت عن «الفترة الذهبية» التي عاشتها خلال السنوات الثلاث السابقة. وقد شاركها العديد من أعضاء المجموعة التجربة نفسها. وكما وصفها أحدهم: «يا لأسفي أنني اضطررت إلى الانتظار حتى الآن -وحتى يغزو السرطان جسدي- كي أتعلم كيف أعيش». حفرت هذه العبارة نفسها في ذهني، وساعدت على تشكيل ممارستي للعلاج الوجودي. وكثيرًا ما أصف الأمر بهذه الكلمات: رغم أن وقوع الموت يدمرنا، ففكرة الموت قد تنقذنا. لقد أدركت أننا نملك فرصة واحدة للعيش، وبالتالي ينبغي أن نعيش كل ما فيها وننهيها بأقل ندم ممكن.

قادني العمل مع أصحاب المرض العضال بالتدريج إلى مواجهة المرضى الأصحاء بحقيقة فنائهم من أجل مساعدتهم على تغيير شكل

حياتهم. وفي كثير من الأحيان يستلزم ذلك الإنصات فحسب لوعي المريض بمحدودية عمره ودعم ذلك. وفي كثير من الحالات، استخدمت تدريبًا مباشرًا: أطلب من المريض رسم خط على ورقة فارغة، ثم أقول: «تخيل أن طرفًا هو مولدك وطرفًا هو موتك. والآن ضع علامة على الخط تعبر عن مكانك منهما الآن وتأمل الرسمة النهائية». نادرًا ما يفشل هذا التدريب في إشعال وعي أعمق بقصر الحياة.

الفصل الرابع والعشرون

مواجهة الموت مع رولو ماي

من بين 50 رجلًا وامرأة توفوا خلال عملنا الجماعي مع مرضى السرطان، تسبب المرض في وفاة الجميع إلا واحدة: باولا، التي نجت من السرطان لتموت من الذئبة. علمت من البداية أنني لأكتب بأمانة وفائدة عن دور الموت في حياة، يجب أن أتعلم ممن يواجهون الموت المحدق، لكنني دفعت الثمن. ففي كثير من الأحيان شعرت بتوتر شديد بعد الجلسات الجماعية، إذ شعرت بالاكتئاب بسبب حقيقة موتي، وعانيت الأرقَ، وكثيرًا ما لاحقتني الكوابيس.

كذلك عانى الطلبة الذين لاحظوا المجموعة مشكلات، ولم يكن غريبًا أن نجد أحدهم ينفجر ويبكي في غرفة الملاحظة قبل انتهاء الجلسة. وحتى يومنا هذا، أشعر بالندم لأنني لم أحضر أولئك الطلبة جيدًا لهذه التجربة أو أقدم لهم العلاج النفسي.

ومع تزايد توتري من موتي، بدأت أفكر في كل العلاج النفسي الذي خضته في الماضي: التحليل الطويل خلال فترة الإقامة، والعام الذي قضيته في لندن، وعام العلاج الجشطالتي مع بات باومجارتنر، إلى جانب العديد من جلسات العلاج السلوكي، ودورة قصيرة في الطاقة

الحيوية. وأنا أتأمل ساعات العلاج النفسي الطويلة، لم أتذكر نقاشًا واحدًا عن القلق من الموت. أيعقل هذا؟ الموت الذي هو المصدر الرئيس للقلق، لم يُذكر ولا مرة من مرات علاجي النفسي؟

ولو أردت استكمال العمل مع المصابين بمرض الموت، فلا بُد أن أعود للعلاج النفسي، وهذه المرة مع شخص مستعد لمرافقتي إلى تلك المنطقة السوداوية. وقد سمعت مؤخرًا أن رولو ماي -مؤلف كتاب الوجود- انتقل إلى كاليفورنيا قادمًا من نيويورك وأنه يقابل المرضى في تيبورون التي تبعد نحو 80 دقيقة من ستانفورد. اتصلت به لتحديد موعد، وبعد أسبوع التقيته في منزله الجميل بشوجارلوف روود الذي يطل على خليج سان فرانسيسكو.

وجدت رولو رجلًا طويلًا وسيمًا يعلوه البهاء في أواخر الستينات. وقد اعتاد ارتداء سترة بنية فاتحة أو بيضاء بياقة مرتفعة ضيقة وفوقها معطف جلدي خفيف. مكتبه في الغرفة نفسها المخصصة للقراءة بجوار غرفة المعيشة تمامًا. كان فنانًا، ووجدته علَّق على الحائط العديد من اللوحات التي رسمها في شبابه، وأعجبتني على وجه التحديد لوحة لكنيسة مبهجة في مونت سان ميشيل بفرنسا (أهدتني أرملته جورجيا تلك اللوحة بعد وفاته وأراها الآن يوميًّا في مكتبي). وبعد جلسات قليلة، خطر ببالي أن بإمكاني استغلال رحلتي إلى رولو من خلال الاستماع إلى شريط صوتي لجلستنا السابقة. اقترحت عليه ذلك، ووافق بسرعة كبيرة وبدا مرتاحًا تمامًا لتسجيل جلساتنا.

وزاد الشروع في جلستنا التي تمتد لساعة بعد الاستماع إلى الجلسة السابقة في السيارة من تركيزي زيادة كبيرة، وأعتقد أنه سرَّع عملنا. ومنذ ذلك الحين، كلما وجدت مريضًا يقطع رحلة طويلة حتى يجتمع بي، أقترح عليه الفكرة نفسها.

لكم أتمنى لو أستطيع الاستماع إلى تلك الشرائط الآن وأنا أكتب هذه الصفحات، لكن للأسف هذا غير ممكن، لأنني خزنت جميع الشرائط في درج بمكتبي القديم في منزل على شجرة يحتاج بشدة إلى ترميم. وحين غادرت مع أسرتي إلى أوكسفورد في عام 1974، تعاقدت على إعادة بناء المكتب مع رجل ودود مسن متعدد المهارات من الوسط الغربي يُدعى سيسل، تعرفت إليه حين ظهر على بابي قبل سنوات يسأل عن عمل. وكان لدينا الكثير من الأعمال المناسبة له لأنني لا أملك أي مهارات في فن صيانة المنزل. وبعد فترة قصيرة انتقل سيسل إلى العيش في زاوية خفية من عقارنا داخل عربته برفقة زوجته مارثا، تلك المرأة الممتلئة الودودة المحبة لخبز كعكة التفاح التي تبدو وكأنها خرجت من فيلم ماري بوبينز. حين عدت من إجازة التفرغ، وجدت أن سيسيل أحسن بناء الاستديو الخاص بي، إلا أن جميع الأثاث القديم المتهالك ومنه المكتب الذي بدت عليه آثار العوامل الجوية بأدراجه الممتلئة بشرائط جلساتي مع رولو، قد اختفى خلال العمل. لم أعثر على تلك الشرائط قطُّ، وتراودني بين الحين والآخر خيالات مخيفة أن كل ما تحويه سيظهر يومًا على الإنترنت.

والآن بعد مرور 40 عامًا، أجد صعوبة شديدة في تذكر تفاصيل جلساتنا، لكنني أعلم أنني ركزت بشدة على أفكاري حول الموت وأن رولو رغم عدم ارتياحه لم يتجنب نقاش أشد أفكاري ظلمة. في ذلك الوقت، أشعل عملي مع المرضى المحتضرين كوابيس قوية تتلاشى فور أن أستيقظ. ذات مرة اقترحت على رولو أن أبيت الليلة في نزل قريب لأقابله في الصباح الباكر. وافق، وتلك الجلسات التي عقدناها والأحلام حاضرة في ذهني كانت مشحونة بطاقة خاصة. أخبرته عن خوفي من الموت في سن التاسعة والستين كأبي. وقال إنه غريب في ظل ميلي

للعقلانية أنني متمسك بذلك المعتقد الخرافي. وحين تحدثت عن عملي مع المرضى المحتضرين وكيف أنهم يثيرون قلقي وتوتري من الموت، أخبرني أن اضطلاعي بهذا العمل يدل على أنني شجاع وأن شعوري بالتوتر غير مفاجئ على الإطلاق.

أذكر أنني أخبرت رولو بمدى انبهاري دائمًا بعبارة في رواية ماكبث حيث يقول البطل: «ما الحياة إلا ظل يمشي، ممثل مسكين يتبختر ويستشيط ساعته على المسرح، ثم لا يسمعه أحد»، وكيف طبقتها في مراهقتي على كل شخص كبير في حياتي:

فرانكلين روزفلت، وهاري ترومان، وريتشارد نيكسون، وتوماس وولف، وميكي فيرنون، وشارل ديجول، وونستون تشرشل، وأدولف هتلر، وجورج باتون، وميكي مانتل، وجو ديماجيو، ومارلين مونرو، ولورانس أوليفييه، وبرنارد مالامود، وكل من تبختر واستشاط وصنع التاريخ في عالمي، وها هم رحلوا الآن وتحولوا جميعًا إلى تراب. لم يتبقَّ منهم شيء. كل شيء يمر حقًّا. وما يملكه كل واحد منا هو لحظة ثمينة مباركة تحت ضوء الشمس. لقد أسهبت في تأمل تلك الفكرة، ولم تفشل ولو مرة في هزِّي من الداخل.

لم أسأل، لكنني متأكد من أن الكثير من تلك الجلسات جعلت رولو شخصيًّا غير مرتاح، إذ كان أكبر مني بـ 22 عامًا وأقرب من الموت. لكنه لم يجفل ولم يعجز عن مرافقتي في أحلك أسئلتي عن الفناء. ولا أذكر لحظة معينة شعرت فيها بإدراك مفاجئ في جلساتنا، بل بدأت بالتدريج في التغير والشعور براحة أكبر عند العمل مع المرضى المحتضرين. كان رولو قد قرأ جزءًا كبيرًا من أعمالي، بما فيها المسودة الأخيرة من «مدخل إلى العلاج النفسي الوجودي»، ووجدته دائمًا كريمًا في موقفه مني. لا أزال شاكرًا له من أعماقي.

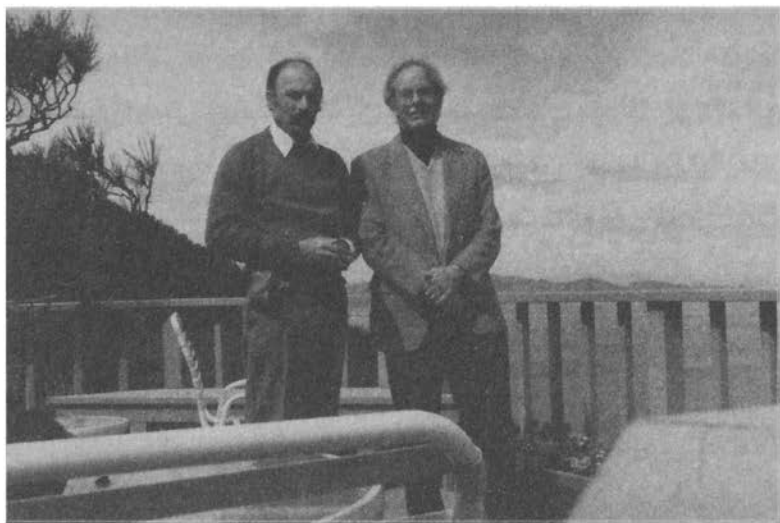
أتذكر أول مرة رأى فيها رولو مارلين. كان قد مضى على علاجي معه سنوات، وكنا قد وصلنا للتو لحضور حفلة عشاء أقامها على شرف الطبيب النفسي البريطاني أر دي لانج (الذي استشرته وأنا في لندن). فتح رولو بابه وحياني ثم فتح ذراعيه لمارلين. قالت: «لم أظن أنك بهذا الدفء» ودون تأخير رد رولو: «ولم أظن أنك بهذا الجمال».

ليس من السائد ومما يثير المشكلات دائمًا أن تجمع المرضى بمعالجيهم علاقة اجتماعية بعد انتهاء العلاج النفسي، لكن في هذه الحالة سار الأمر على ما يرام بالنسبة إلى الجميع. أصبحنا أصدقاء مقربين واستمرت صداقتنا حتى وفاته. فقد اجتمعنا على الغداء بين الحين والآخر في مطعمه المفضل بيبرون كابري، وفي كثير من المرات تذاكرنا معًا علاجي النفسي معه. علمنا أنه أفادني، لكن آلية تحقيق هذه الفائدة ظلت غامضة. وقد قال أكثر من مرة: «أعلم أنك أردت شيئًا مني خلال العلاج، لكنني لا أعرف ما هو ولا كيف أعطيه لك». وأنا أتأمل الأمر الآن، أعتقد أن رولو قدم لي هدية: لقد رافقني بلا تردد إلى أحلك مساحة وعاملني بأبوة كنت في حاجة ماسة إليها. كان رجلًا متقدمًا في العمر يفهمني ويقبلني. وحين قرأ مسودة كتاب «مدخل إلى العلاج النفسي الوجودي»، أخبرني أنه كتاب جميل وكتب إشادة مغالية على غلافه. وأعلى مدح حصلت عليه في حياتي هو ما كتبه على غلاف كتاب لاحق (Love’s Executioner): «يكتب يالوم كالملائكة عن الشياطين التي تحاصرنا».

في الفترة نفسها، بدأت أنا ومارلين في مواجهة مشكلات كبيرة في زواجنا. فقد استقالت من وظيفتها الدائمة في التدريس بجامعة كاليفورنيا ستيت لقبول وظيفة إدارة المركز الجديد لأبحاث المرأة (كرو) في ستانفورد، حيث أنشأت مسارًا مهنيًّا جديدًا لنفسها في مجال

دراسات المرأة الحديث. وهناك رعت الدارسات الشابات وكوَّنت علاقات وثيقة بالباحثات البارزات في ستانفورد. شغل عملها ذهنها تمامًا وشعرت أنها أهملت زواجنا بدرجة خطرة. فمع اكتسابها دائرة اجتماعية جديدة، تناقص التواصل بيننا وشعرت أننا نبتعد حقًّا عن بعضنا. أتذكر بوضوح شديد ذات أمسية رائعة في سان فرانسيسكو حين قلت لها خلال تناولنا العشاء في مطعم ليتل سيتي أنتيباستو: «حياتك الجديدة من وظيفة حديثة ومشاركة في قضايا المرأة عظيمة بالنسبة إليك، لكنها ليست عظيمة بالنسبة إلي. أنت مُستهلكة لدرجة أنني لم أعد أحصل على الكثير من علاقتنا وربما علينا التفكير في الانفـ...». لم أنهِ الجملة قطُّ لأن مارلين أطلقت نحيبًا مرتفعًا، لدرجة أن ثلاثة من النادلين هرعوا إلى طاولتنا واستدار نحونا وجه كل من في المطعم.

كانت هذه أسوأ مرحلة في علاقتنا، وقد وقعت في الفترة التي اعتدنا فيها مقابلة رولو وجورجيا كثيرًا. ذات مساء، دعانا رولو المحب للتجربة



المؤلف ورولو ماي عام 1980م.

لتجربة جرعة إكستاسي[1] شديدة النقاء جاءته هدية. امتنعت جورجيا، وظلت ترعانا طيلة الأمسية. لم يسبق لي ولا لمارلين أن تناولنا الإكستاسي من قبل، ولكننا شعرنا بالأمان مع رولو وجورجيا، واتضح أن الأمسية كانت هادئة وساعدتنا على التعافي بدرجة غير عادية. بعد تناول الإكستاسي، تحدثنا، وتناولنا العشاء، واستمعنا إلى الموسيقى، وإلى يومنا هذا نعتقد أن مشكلاتنا الزوجية بشكل ما اختفت. لقد تغيرنا: تخلصنا من المشاعر السلبية وأحببنا بعضنا بعضًا أكثر من أي وقت مضى. وعلاوة على ذلك، تبين أن ذلك التغيير دائم! لا ندري ما الذي حدث، ودون سبب محدد لم نجرب هذا المخدر مرة أخرى قطُّ.

في بداية التسعينيَّات وبالتزامن مع بلوغه الثمانين، عانى رولو نوبات نقص التروية العابرة[2]، وشعر بالتشوش والتوتر لفترات متواصلة تدوم أحيانًا يومًا أو يومين. وأحيانًا تأتينا مكالمة من جورجيا حين تبلغ حالته درجة بالغة الشدة، وكنت أذهب إلى زيارة رولو وقضاء الوقت معه، والتحدث إليه والتنزه بين التلال القريبة من منزله. والآن فقط وأنا في عمر الخامسة والثمانين، أتفهم تمامًا توتره. فأنا كذلك أصاب بالتشوش وأنسى للحظات عابرة أين أنا وماذا أفعل. هذا ما عاناه رولو ليس للحظات بل لساعات وأيام متواصلة. مع ذلك تمكن بطريقة ما من مواصلة العمل حتى النهاية. في أواخر حياته، حضرت أحد كلماته العامة. كان إلقاؤه قويًا كالمعتاد، وصوته رنَّانًا ومهدئًا. لكن في نهاية الكلمة كرر القصة نفسها التي حكاها قبل بضع دقائق. تألمت حين سمعت ذلك. تألمت من أجله، وكثيرًا ما آخذ العهد على أصدقائي بأن

(1) إكستاسي هو منشط مشتق من الأمفيتامين يستحث إفراز السيروتونين والدوبامين والنورإبينفرين ويمكنه التأثير مباشرة على عدد من المستقبلات- المترجم.

(2) من أنواع السكتات الدماغية، وهو عبارة عن انقطاع إمدادات الدم عن الدماغ لفترة وجيزة. - المترجم.

يكونوا صادقين معي وأن يخبروني حين يأتي الوقت الذي ينبغي فيه أن أتوقف.

في إحدى الأمسيات اتصلت جورجيا لتخبرنا أن رولو ربما يكون على وشك الموت وطلبت منا الحضور على الفور. تناوبنا الجلوس طوال تلك الليلة بجوار رولو، الذي فقد وعيه وكان يعاني وذمة رئوية متقدمة، ويتنفس بصعوبة، وأحيانًا كان يأخذ أنفاسًا عميقة طويلة ثم أنفاسًا أقصر وأقل عمقًا. وفي النهاية، في أثناء نوبة مراقبتي، وبينما كنت أجلس بجانبه ويدي على كتفه، تنفس آخر أنفاسه المتشنجة ثم توفي. طلبت مني جورجيا أن أساعدها في تغسيل جثته لتحضيره للحانوتي الذي سينقله في صباح اليوم التالي إلى محرقة الجثث.

خلال تلك الليلة، وعلى أثر اهتزازي بموت رولو وإحراق جسده الوشيك، رأيت حلمًا قويًّا لا يُنسى:

أسير برفقة والدي وأختي في مجمع تجاري، ثم قررنا الصعود إلى الطابق العلوي. أجد نفسي في مصعد لكنني وحيد؛ اختفت عائلتي. طريقي بالمصعد طويل نحو الأعلى، وحين أخرج منه أجدني على شاطئ استوائي. ورغم أنني لا أجد عائلتي، أتابع البحث عنهم بلا كلل. المكان جميل -فالشواطئ الاستوائية هي الجنة بالنسبة إلي- إلا أنني بدأت أشعر بالرعب.

بعدها رأيتني أرتدي قميص نوم عليه وجه الدب سموكي لطيفًا مبتسمًا. ذاك الوجه على ذاك القميص يصبح لاحقًا مركز الحلم، وكأن كل طاقة الحلم انتقلت إلى وجه الدب الصغير اللطيف الباسم.

أيقظني الحلم ليس من الرعب بقدر ما أيقظني بريق الشعار المتوهج على قميص النوم. كان وكأن أضواءً كاشفة اشتعلت فجأة في غرفة نومي.

ما الذي يكمن وراء الصورة المشتعلة لسموكي؟ أنا متأكد من أن لها علاقة بحرق جثة رولو. لقد واجهني موته بموتي، الذي يصوره الحلم في افتراقي عن عائلتي وصعودي في رحلة لا تنتهي بالمصعد. لقد صدمت من سذاجة عقلي الباطن. يا لحرجي من أن جزءًا مني صدق الصورة الهوليودية للخلود وأنها شاطئ استوائي في جنة عالية.

نمت في تلك الليلة مرتجفًا من رعب وفاة رولو وإحراقه المنتظر، وحاول حلمي أن يفرغ التجربة من الرعب وأن يلطفها ويجعلها محتملة. الموت المتخفي في هيئة رحلة مصعد نحو شاطئ استوائي. وحريق الجثة يتحول إلى قميص نوم جاهز لسبات الموت وتغطيه صورة لطيفة لدب حنون. لكن الهلع لا يمكن احتواؤه، وبريق صورة الدب سموكي أيقظني فزعًا.

الفصل الخامس والعشرون

الموت والحرية والعزلة والمعنى

لسنوات من السبعينيَّات ظل كتابي الدراسي عن العلاج النفسي الوجودي يُطبخ على نار هادئة في ذهني، لكن بدا مشتّتًا ومُربكًا فعجزت عن بدء الكتابة حتى زارنا أليكس كومفورت ذات يوم. أتذكر جلوسنا وحديثنا نحن الاثنين في بيت الشجرة الصغير بعد إعادة بنائه. جلس منصتًا وأنا أتحدث عن قراءاتي وأفكاري للكتاب. وبعد نحو ساعة ونصف، أوقفني أليكس وأعلن رسميًّا: «لقد استمعت إليك يا إرڤ وسمعت ما لديك، وبثقة كاملة، أعلن أن الوقت قد حان للتوقف عن القراءة ولتبدأ في الكتابة».

وهذا بالضبط ما احتجت إليه. ولولاه لظللت عاجزًا عن الكتابة لسنوات عديدة. يفهم أليكس شؤون الكتب، فقد نشر أكثر من خمسين كتابًا، وبشكل ما دفعتني نغمة صوته المقنعة وإيمانه بي إلى التفرغ والشروع في الكتابة. وكان التوقيت مثاليًّا، لأنني دُعيت حينها إلى قضاء سنة دراسية في مركز ستانفورد للدراسات المتقدمة في العلوم السلوكية. ورغم استمراري في لقاء القليل من المرضى، كرست وقتي كله تقريبًا للكتابة على مدى السنة الدراسية 1977-1978. وللأسف،

لم أستغل الفرصة أقصى استغلال للتعرف على بعض من العلماء المميزين الآخرين، بما فيهم قاضي المحكمة العليا لاحقًا روث بادر جينزبرج، وإن كنت كوَّنت صداقة مع عالمة الاجتماع سينثيا إبستين، التي ظلت في حياتنا حتى اليوم.



المؤلف مع الناقد ألفريد كازين وأستاذ القانون بستانفورد جون كابلين بمركز الدراسات المتقدمة في العلوم السلوكية عام 1978م.

أنجزت إنجازًا كبيرًا لدرجة أنني أنهيت الكتاب بعد عام واحد. وبدأته بواقعة حدثت في فصل المطبخ الأرميني الذي تقدمه إفرونيا كاتشادوريان، والدة الصديقة والزميلة العزيزة هيرنات كاتشادوريان. وإفرونيا طاهية عظيمة، إلا أنها لا تتحدث بالإنجليزية إلا قليلًا وعلمت كل شيء لطلابها بالمثال العملي. خلال إعدادها للأطباق، دونت جميع المكونات وجميع الخطوات، ورغم هذا مهما حاولت لم تخرج أطباقي شهية كأطباقها. ظننت بالتأكيد أن هذه ليست مشكلة بلا حل، فقررت أن أراقبها من كثب، وفي الدرس التالي راقبت كل خطوة وهي تعد

طبقها ثم قدمته إلى مرافقتها الدائمة لوسي لوضعه في الفرن. هذه المرة أبقيت عيني على لوسي ورأيت شيئًا استثنائيًّا: في طريقها للفرن، كانت لوسي تلقي حفنات من التوابل المختلفة بحسب ما تحب. واقتنعت بكل تأكيد بأن تلك الحفنات الزائدة هي ما سبب الاختلاف.

استخدمت هذا التشبيه لطمأنة القارئ أن العلاج الوجودي ليس نهجًا معقدًا غريبًا جديدًا، وإنما هو موجود في الحقيقة طوال الوقت في شكل إضافات قيمة لم يتحدث عنها أحد ويقدمها المعالجون أصحاب الخبرة الطويلة.

في كل فصل من أقسام الكتاب الأربعة -الموت، والحرية، والعزلة، والمعنى- ذكرت مصادري، وملاحظاتي السريرية، والفلاسفة والكتَّاب الذين أستلهم منهم.

وأطول أقسام الكتاب الأربعة قسم الموت. ففي غيره من المقالات المتخصصة كتبت الكثير عن العمل مع مَن يواجهون الموت، لكن في هذا النص ركزت على مساهمة الوعي بالموت في العلاج النفسي للمرضى الأصحاء جسديًّا. ورغم أنني أرى الموت رعدًا بعيدًا نراه ونحن في نزهة الحياة، أعتقد كذلك أن المواجهة الصادقة مع الفناء قد تغير طريقة عيشنا، لأنها تساعدنا على معاملة الأمور التافهة بما تستحق وتشجعنا على العيش دون مراكمة ما نندم عليه. والكثير جدًّا من الفلاسفة يرددون بطريقة أو بأخرى ندم المرضى الذين يأكلهم السرطان: «يا للأسف؛ اضطررت إلى الانتظار حتى الآن -وحتى يغزو السرطان جسدي- كي أتعلم كيف أعيش».

والحرية هي في النهاية الشاغل الرئيس للكثير من مفكري المدرسة الوجودية. بحسب فهمي، يشير هذا إلى فكرة أننا يجب أن نكتب حياتنا بأنفسنا وكذلك اختياراتنا وأفعالنا، بما أننا نعيش في كون ليس له

تصميم ثابت. ومثل هذه الحرية تنتج الكثير من التوتر إلى درجة أن الكثير منا يؤمن بإله أو ديكتاتور للتخلص من هذا العبء فقط. ولو صح أن كلًّا منًّا -بتعبير سارتر- «المؤلف المطلق» لكل شيء نختبره، فلا بُد أن أغلب الأفكار العزيزة وأنبل الحقائق وحجر الأساس لقناعاتنا المختلفة تتحدد من خلال الوعي بأن كل شيء في هذا الكون زائل.

الموضوع الثالث -العزلة- لا يشير إلى العزلة الاجتماعية (أي: الوحدة)، وإنما إلى عزلة أعمق: فكرة أن كل إنسان أُلقي في العالم وحده ولا بُدَّ أن يغادره وحده. في الحكاية القديمة «كل إنسان»[1]، يُحكى أن رجلًا زاره ملك الموت وأخبره أن أجله قد أتى ويجب أن يرحل لملاقاة حسابه. توسل الرجل للملك أن يسمح له بأخذ شخص معه في هذه الرحلة، فأجاب الملك: «لا بأس. إن وجدت شخصًا يوافق على الذهاب». تحكي بقية القصة محاولاته الفاشلة. فعلى سبيل المثال: قال له ابن عمه إنه لا يستطيع الذهاب لأنه يعاني تشنجًا في إصبع قدمه. في النهاية وجد الرجل مَن يرافقه، لكن في هذه القصة الأخلاقية المسيحية، لم يكن الرفيق إنسانًا بل العمل الصالح. فالراحة الوحيدة التي يمكن أن ترافقنا عند الموت هي معرفة أننا عشنا حياة صالحة.

نقاشي للعزلة يركز بشدة على علاقة المعالج بالمريض، وأمنية الانصهار مع شخص آخر في خوفنا من الوحدة. مع اقتراب الموت، يعي الكثيرون بأنهم حين يهلكون فسيهلك معهم عالمهم الخاص الفريد بأسره، وأن هذا العالم بما يحويه من مناظر وأصوات وتجارب لا يعرفه أحد غيرهم، ولا حتى أزواجهم. ومع اقترابي من منتصف الثمانينات، يتزايد شعوري بهذا النوع من العزلة أكثر مع الوقت. وأفكر في عالم طفولتي -تجمعات أيام الأحد في منزل عمتي لوبا، والروائح القادمة

(1) Everyman مسرحية أخلاقية من عصر النهضة - المترجم.

من المطبخ، واللحم المشوي، وأطباق التسميس والكولنت، وألعاب المونوبولي والشطرنج مع أبي، ورائحة معطف صوف الغنم الفارسي الذي ترتديه أمي- ثم أرتعش حين أدرك أن كل هذه الأشياء موجودة في الذاكرة وحدها.

تقف مناقشة الخوف الأكبر -فقدان المعنى- في أسئلة مثل: «لماذا نحن هنا؟ إذا كان كل شيء زائلًا، فما معنى الحياة؟ وما الغرض منها؟» ودائمًا ما تأثرت بحكاية ألين ويليس عن قذفه العصا لكلبه مونتي كي يستعيدها.

إذا انحنيت وأمسكت بالعصا، أجده أمامي فورًا. لقد وقع الأمر العظيم الآن. ولديه مهمة... ولم يخطر بباله قطُّ أن يقيِّم المهمة. بل يصب اهتمامه على تحقيق المهمة فحسب. سيجري ويسبح أي مسافة، فوق كل عائق أو تحته، من أجل أن يمسك بالعصا.

وبعد الإمساك بها، سيُعيدها؛ فمهمته ليست مجرد الإمساك بها، بل وإعادتها. مع ذلك يقترب مني ويتحرك ببطء. يريد أن يجلب العصا ويُنهي مهمته، وإن كان يكره الانتهاء والعودة إلى وضع الانتظار...

يحالفه الحظ إن قذفت عصاه مرة أخرى. وأنا أنتظر من الله أن يقذف لي عصا. ما زلت أنتظر منذ زمن بعيد. ومن يدري متى سيلتفت لي -إن التفت-، ومتى سيمنحني -كما منحت مونتي- مهمة؟

من المريح أن نعتقد أن الله خلق لنا غاية. ويجد العلمانيون في معرفتهم بأن عليهم قذف العصا لأنفسهم أمرًا مزعجًا. فيا لراحة اليقين

بأن مهمتك الصادقة الواضحة في الحياة موجودة في مكان ما. وهنا يحضر تعليق الفيلسوف أوڤيد في الأذهان: «من المفيد الاعتقاد بأن لنا آلهة، لذا لنؤمن جميعًا بوجودها».

ورغم أنني نظرت إلى كتابي «مدخل إلى العلاج النفسي الوجودي» في كثير من الأحيان باعتباره كتابًا دراسيًّا لمادة لم تظهر بعد، لم أكن أهدف إلى إنشاء مجال جديد في العلاج النفسي. بل انتويت رفع وعي جميع المعالجين بالقضايا الوجودية في حياة مرضاهم. وفي السنوات الأخيرة ظهرت منظمات مهنية للمعالجين الوجوديين، وفي عام 2015، تحدثت في مؤتمر عبر الفيديو إلى اجتماع دولي ضخم هو الأول من نوعه للمعالجين الوجوديين في لندن. ومع أني أرحب بزيادة التأكيد على القضايا الوجودية في العلاج النفسي، أجد بعض الصعوبة في فكرة إنشاء مدرسة علاجية منفصلة. وقد واجه منظمو الاجتماع الدولي صعوبات ضخمة خلال وضع تعريف شامل للمدرسة. ففي النهاية، سيظل العمل مع بعض المرضى يتمحور بشكل رئيس حول المشكلات الاجتماعية أو تقدير الذات أو الجوانب الجنسية أو الإدمان، ولمثل هؤلاء لا تمثل الأسئلة الوجودية موضوعًا مُلحًّا. ولهذا انعكاسات على شكل تدريبهم. فنادرًا ما يمر أسبوع دون أن يسأل أحد الطلبة عن مكان يتلقى فيه تدريبًا على العلاج النفسي الوجودي. وأقترح عليهم دائمًا أن يتلقى تدريبه العام أولًا، ثم يتعلم مجموعة من الطرق العلاجية، ثم يتعرف على المواد المتخصصة للعلاج النفسي الوجودي خلال دراسته العليا.

الفصل السادس والعشرون

العلاج الجماعي للمرضى المقيمين وباريس

في عام 1979، طُلب مني العمل بشكل مؤقت في منصب المدير الطبي بوحدة الطب النفسي الداخلية بستانفورد. في ذلك الوقت ضرب الاضطراب عملية حجز المرضى في قسم الطب النفسي على مستوى البلاد، إذ أوقفت شركات التأمين تغطيتها للإقامة في قسم العلاج النفسي، وأصرت على نقل المرضى في أسرع وقت ممكن إلى منشآت ومرافق رعاية أرخص. فأصبح أغلب المرضى المقيمين في المستشفى لا يمكثون فيها إلا أسبوعًا أو أقل، ومن ثم كان من النادر أن يظل تكوين مجموعة علاجية ثابتًا على مدى جلستين متتاليتين، وأصبحت الاجتماعات عشوائية وغير مجدية. وبسبب هذا الاضطراب، انخفضت معنويات الطاقم الطبي أكثر من أي وقت مضى.

لم أخطط لإطلاق مشروع علاج جماعي آخر، لكنني عجزت عن تهدئة نفسي وظللت أبحث عن تحدٍّ جديد. فمكتبي خالٍ، وكتابي عن العلاج الوجودي كامل، وأنا مستعد لمشروع جديد. ومع اعتقادي العميق بفاعلية المنهج الجماعي والتحدي المغري المتمثل في إنتاج

طريقة جديدة لقيادة مجموعات المرضى المقيمين، وافقت على تولي هذا المنصب لعامين. بدأت بتعيين طبيب نفسي من خريجي برنامج ستانفورد ليتولى كل ما يخص الأدوية في الجناح (علم الأدوية النفسية لم يكن من نقاط قوتي ولا اهتماماتي)، ثم ركزت بصورة رئيسة على تصميم نهج علاجي جماعي جديد للأجنحة الداخلية سريعة التغير. بدأت بزيارة المجموعات في الأجنحة المختلفة في المستشفيات النفسية البارزة حول البلاد. وجدت الجميع مشوشًا، فلم تملك حتى أفضل المستشفيات التعليمية برنامجًا علاجيًا جماعيًا فعَّالًا للمرضى المقيمين. ومع التنقل السريع للمرضى، شعر قادة المجموعات بالحاجة إلى التعريف بعضو جديد أو عضوين في بداية كل جلسة ودعوتهما إلى ذكر سبب وجودهما في المستشفى. والمشترك بين الجميع أن المرضى ما إن ينتهوا من الإجابة حتى يبدأ المعالج في استجداء الردود من أعضاء المجموعة الآخرين على مدى ما تبقى من الاجتماع. ولم يبدُ أن أحدًا يستفيد كثيرًا من هذه الاجتماعات، وتناقص عدد المجتمعين بسرعة. هناك حاجة ماسة إلى استراتيجية مختلفة تمامًا.

ضمت وحدة الحالات الحادة بستانفورد عشرين مريضًا، وقسمتهم إلى مجموعتين: واحدة لأصحاب الأداء العالي[1] والأخرى لأصحاب الأداء المتدني، وفي كل منها 6-8 أعضاء (أما بقية المرضى فكان معظمهم حالات حرجة حديثة الانضمام إلى وحدة، ولذا لم يكونوا منظمين كفاية للانضمام إلى أي مجموعة في أول يومين من وجودهم). وبعد عدة تجارب، توصلت إلى شكل قابل للتطبيق. فنظرًا لسرعة تنقل المرضى، تخليت تمامًا عن فكرة الاستمرارية بين الاجتماعات وطورت نموذجًا جديدًا: جعلت حياة كل مجموعة تمتد لجلسة واحدة فقط، وجعلت مهمة

(1) الأداء العالي (High-Functioning) والأداء المتدني (Low-Functioning) هو مصطلح يعبر عن مدى قدرة المريض على أداء المهام الأساسية في الحياة.

القائد جعل الجلسة الواحدة بأعلى كفاءة وفاعلية ممكنة. كما وضعت خطة للمرضى أصحاب الأداء الأعلى تتألف من أربع مراحل:

1. *كل مريض بالترتيب سيضع أهدافًا بناءً على المشكلات، الاجتماعية، التي يواجهها ليعمل عليها في الجلسة الواحدة (استهلكت هذه المهمة ما لا يقل عن ثلث الاجتماع).*
2. *يُخصص ما تبقى من الجلسة للعمل على أهداف كل مريض.*
3. *حين ينتهي الاجتماع، يدخل الملاحظون (طلاب الطب، والأطباء النفسيون المقيمون، والممرضات الذين يراقبون الجلسة من خلف مرآة عاكسة) إلى الغرفة لمناقشة الجلسة في أثناء وجود المرضى في دائرة أكبر تحيط بهم.*
4. *أخيرًا، خلال آخر 10 دقائق، يبدي أعضاء المجموعة ملاحظاتهم على تلك المناقشات.*

كانت الخطوة الأولى -وضع الأهداف- هي الأصعب على المرضى والمعالجين. وكما وصفتها، لم تكن الأهداف تتعلق بسبب دخول المريض إلى المستشفى بمعنى أنها لا تتعلق مثلًا بالأصوات المخيفة التي يسمعها، أو الآثار الجانبية للأدوية المضادة للذهان، أو بعض الأحداث المؤلمة التي مر بها. بل تركز على المشكلات التي تواجهه في علاقاته بالآخرين. مثال على ذلك: «أنا وحيد. أنا بحاجة إلى أصدقاء ولكن لا يوجد من يرغب في رفقتي»، أو «كلما بُحت بما في قلبي، يسخر

الناس مني»، أو «أشعر أن الناس يعتبرونني مثيرًا للاشمئزاز ومزعجًا، ويجب أن أعرف هل هذا صحيح أم لا».

والخطوة التالية التي يتعين على المعالج النفسي أن يتخذها هي تحويل هذا الشعور إلى هدف في «هنا والآن». فعندما يقول أحد الأعضاء: «أشعر بالوحدة...». على المعالج أن يقول مثلًا: «هل يمكنك أن تتحدث عن شعورك بالوحدة هنا وسط هذه المجموعة؟» أو «مَن مِن هذه المجموعة قد ترغب في أن تتقرب منه؟» أو «لنستكشف ونحن نعمل مع المجموعة كيف تسهم في وحدتك».

يجب أن يكون المعالج نشطًا للغاية، ولكن حين تتسم المجموعة بالفاعلية، فإن أعضاءها يساعدون بعضهم بعضًا على تحسين سلوكهم الاجتماعي، وتصبح النتائج أفضل بكثير حينما يحين وقت التركيز على سبب دخول المريض إلى المستشفى.

لقد سعيت جاهدًا لإعطاء المراقبين -من الممرضات، والأطباء المقيمين، وطلاب الطب- دورًا نشطًا في المجموعة، وقد أسفر ذلك عن مساهمة المراقبين مساهمة كبيرة في جلسة المجموعة العلاجية. وفي أحد الاستبيانات، اعتبر المرضى آخر 20 دقيقة من الجلسة (نقاشهم مع المراقبين) أهم جزء في الاجتماع! وفي الواقع اعتاد بعض المرضى على إلقاء نظرة خاطفة على غرفة المراقبة قبل بدء المجموعة، وإذا لم يجدوا مراقبين في ذلك اليوم، يصبحون أقل إقبالًا على الحضور. وكذلك كانت ردود فعل أعضاء مجموعات العيادات الخارجية التي أديرها. فإذا تمكن الأعضاء من رؤية المراقبين والحصول على ملاحظاتهم، يصبح العمل العلاجي أسهل.

أما للمجموعات اليومية للمرضى أصحاب الأداء المتدني، فصغت نموذجًا يتضمن سلسلة من التدريبات الآمنة المنظمة التي تهدف

إلى البوح والتعاطف وصقل المهارات الاجتماعية وتحديد التغيرات الشخصية المرجوة.

وأخيرًا، من أجل معالجة معنويات الطاقم الآخذة في الهبوط، أنشأت مجموعة معالجة أسبوعية. أي مجموعة يناقش خلالها الطاقم (بما فيهم المديرون الطبيون ورؤساء التمريض) علاقاتهم مع بعضهم بعضًا. ومن الصعب إدارة مثل هذه المجموعة لكنها أصبحت في النهاية أداة لا تقدر بثمن لتخفيف التوتر داخل الفريق.

بعد قيادة مجموعات المرضى المقيمين يوميًّا على مدار عامين، قررت أخذ إجازة تفرغ (يحق لأعضاء هيئة التدريب بستانفورد الحصول على إجازة تفرغ لمدة ستة أشهر كل ست سنوات مدفوعة الأجر كاملًا، أو لمدة 12 شهرًا بنصف الأجر) لتأليف كتاب عن طريقتي في العلاج النفسي لمجموعات المرضى المقيمين. كانت خطتي في البداية الانتقال إلى لندن مجددًا، حيث الأجواء الصحية للكتابة، إلا أن مارلين أصرت على باريس. لذا في صيف 1981، انطلقنا إلى باريس، وأخذنا معنا ابننا بن البالغ 12 عامًا (في ذلك الوقت كانت ابنتنا إيڤ في كلية الطب، وريد ينهي دراسته الجامعية في ستانفورد، وڤيكتور في كلية أوبرلين).

بدأنا رحلتنا بزيارة أصدقائنا ستينا وهيرانت كاتشادوريان في منزلهما على جزيرة قبالة ساحل فنلندا. كان هيرانت عضوًا في قسم الطب النفسي بجامعة ستانفورد لبضع سنوات، وبسبب مهاراته الإدارية الممتازة عُين في منصب مفوض الشكاوى وعميد الطلاب بالجامعة. كما تمتع بموهبة فريدة في المحاضرة، وأصبحت محاضراته حول التوجه الجنسي في البشر أسطورية، وهي الدورة التي حازت أكبر حضور في تاريخ جامعة ستانفورد. أما ستينا، زوجته، التي كانت صحفية

ومترجمة ومؤلفة، فشاركت مارلين اهتماماتها، وابنتهما نينا أصبحت صديقة العمر لابننا بن.

كانت الجزيرة بمنزلة ملجأ من قصة خيالية ملآنة بأشجار الصنوبر والتوت وحولها المحيط المحرم، وخلال زياتنا أقنعتني هيرنات بالقفز من الساونا إلى مياه المحيط المتجمدة، وقد فعلت ذات مرة ولم أكررها. من فلندنا ركبنا عبَّارة مسائية إلى كوبنهاجن. في العادة يصيبني دوار البحر من مجرد النظر إلى صورة قارب، لكن بمساعدة جرعة صغيرة من الماريجوانا، طفونا بهدوء حتى كوبنهاجن، وهناك أقمت ورشة عمل لمدة يوم للمعالجين الهولنديين. ولم نفوت مشاهدة معالم المدينة وزيارة قبور سورين كيركجارد وهانز كريستيان اندرسن، المدفونين على مقربة من بعضهم بعضًا في مقبرة أسيستنس.

وما إن وصلنا إلى باريس، استقررنا في شقتنا بالطابق الخامس، من دون مصعد، في شارع سان أندريه دي آرتس، على بعد ثلاثة مجمعات سكنية من نهر السين في الدائرة الخامسة. وبمساعدة من مارلين، حصلت على مكتب على بعد مجمع سكني واحد من شارع موفيتارد الذي خصصته الحكومة الفرنسية للعلماء الأجانب.

كانت إقامة رائعة. صعد بن الطوابق الخمسة بعد شراء الكرواسون الصباحي وصحيفة إنترناشيونال هيرالد تريبيون قبل أن يركب قطار أنفاق باريس إلى المدرسة الدولية ثنائية اللغة. وعكفت مارلين على كتاب جديد بعنوان «الأمومة والموت وأدب الجنون»، وهو عمل نقدي أدبي نفسي. وفي باريس التقيت العديد من أصدقائها الفرنسيين ودُعينا إلى العديد من حفلات العشاء، لكن التواصل كان صعبًا، فقلة منهم يتحدثون الإنجليزية، ورغم أنني عملت بجد مع معلم لغة فرنسية، فلم أحرز تقدمًا يذكر. وظللت أشعر في التجمعات الاجتماعية عمومًا وكأنني أبله القرية.

لقد درست اللغة الألمانية في المدرسة الثانوية وفي الكلية، وربما بسبب تشابه اللغة الألمانية مع اللغة اليديشية التي يتحدث بها والداي، حققت نتائج كافية. لكن شيئًا ما في نغمة وإيقاع اللغة الفرنسية أربكني. ولعل لذلك علاقة بعدم قدرتي على حفظ الألحان في ذهني أو إعادة إنتاجها. ولا بدَّ أنني ورثت جين اللغة السيئ من والدتي التي واجهت مشكلات كبيرة مع اللغة الإنجليزية. أما بالنسبة إلى الطعام الفرنسي، فكنت أتطلع إلى الكرواسون الصباحي خصوصًا والوجبات الخفيفة في الساعة الخامسة مساءً. وقد أقمنا في شارع هو عبارة عن مركز تسوق للمشاة نابض بالحياة، يحتوي على أكشاك تبيع فراولة حلوة من عالم آخر، ومتاجر الطعام الفاخر التي تبيع شرائح الباتيه بكبد الدجاج، وتيرين الأرانب. وفي المخابز ومحلات المعجنات، اخترت ومارلين تناول تارت الفراولة بالجبن، واختار بن تناول تارت الشوكولاتة.

ورغم عدم فهمي للفرنسية بالقدر الكافي الذي يسمح لي بمرافقة مارلين إلى المسرح، رافقتها إلى عدد من الحفلات الموسيقية -من بينها حفلة لا تنسى لمغني تينور في سانت شابيل وحفلة حماسية لأوفنباخ في شاتليه- إلا أنني استمتعت أكثر بالمتاحف. وكيف لي ألَّا أقدر لوحات زنابق الماء التي رسمها كلود مونيه، وبخاصة بعد أن سافرت أنا وبن ومارلين بالقطار إلى منزل مونيه الريفي في جيڤرني، ورأينا الجسر الياباني العريق الذي يمتد فوق حديقة زنابق الماء الطافية. وتجولت في متحف اللوڤر، وتوقفت عند الغرف التي تحتوي على التحف المصرية والفارسية القديمة وإفريز الأسود المهيب المصنوع من الطوب المزجج في مدينة شوشان.

خلال إقامتي الرائعة في باريس، أنهيت كتاب «العلاج النفسي الجماعي للمرضى المقيمين» في غضون ستة أشهر، وهذه وتيرة أسرع

كثيرًا من أي كتاب آخر أنتجته. وهو كذلك الكتاب الوحيد الذي أمليته. إذ أكرمتني ستانفورد بإرسال سكرتيرتي بيا ميتشل معنا إلى باريس، وفي كل صباح كنت أملي صفحتين أو ثلاثًا من المسودة الأولى وكانت تنسخها. وبعد الظهر كنت أعكف على عملية التحرير وإعادة التحرير والإعداد للكتابة في اليوم التالي. كنت أنا وبيا ميتشل صديقين حميمين، واعتدنا كل يوم السير معًا حتى شارع موفيتارد وتناول الغداء في أحد المطاعم اليونانية العديدة في الشارع.

نُشر كتاب العلاج النفسي الجماعي للمرضى المقيمين في عام 1983 من دار بيزك بوكس، وقد أثر هذا الكتاب بعدها على ممارسة العلاج الجماعي في العديد من الأجنحة الداخلية للطب النفسي. وعلاوة على ذلك، دعمت عدد من الدراسات التجريبية فاعلية هذا النهج. لكنني لم أعد قطُّ إلى العمل في المستشفيات، بل انتقلت إلى توسيع معرفتي بالفكر الوجودي.

قررت استكمال دراستي الفلسفية عن طريق تعلم المزيد عن الأفكار الشرقية، وهذا مجال جهلته بشدة، ولم يقترب العلاج النفسي الوجودي منه بأي درجة. في الشهور الأخيرة قبل مغادرة باريس، بدأت القراءة في هذا المجال والتحدث إلى علماء ستانفورد، بما فيهم أحد الأطباء المقيمين عندي وهو جيمس تينزيل، الذي حضر مخيمات مع المعلم البوذي المعروف إس إن جوينكا في معبده «دارما جيري» في إيجاتبوري بالهند. وقد أقنعني جميع الخبراء الذين استشرتهم بأن القراءة ليست كافية وأنه من المهم بالنسبة لي أن أمارس التأمل بنفسي. لذا، مع اقتراب نهاية إقامتنا في باريس في شهر ديسمبر، ودعت باريس ومارلين وبن، اللذين بقيا فيها لشهر آخر، وانطلقت بمفردي لزيارة جوينكا في الهند.

الفصل السابع والعشرون

العبور إلى الهند

كانت هذه الرحلة حافلة بالأحداث على نحو استثنائي، وحتى الآن بعد مرور 35 سنة، تبقى الكثير من التفاصيل الرائعة في ذهني. في الحقيقة، مع تزايد اهتمامي مؤخرًا بممارسات التأمل وتزايد احترامي لها، اكتسبت أحداث هذه الرحلة وضوحًا غير طبيعي.

هبطت طائرتي في بومباي -مومباي حاليًّا- في فترة إقامة مهرجان تشاتورثي، وفيه يحتفل جمع كبير من الناس بتمثال ضخم لإله برأس فيل يُدعى جانيشا. لم أسافر وحيدًا منذ فترة طويلة، وشعرت بالإثارة تجاه هذا العالم الجديد والمغامرة الجديدة. في اليوم التالي، بدأت رحلة تستغرق ساعتين من مومباي إلى إيجاتبوري في مقصورة قطار مع ثلاث أخوات هنديات جميلات يلبسن فساتين مشرقة بلون الزعفران واللون الأرجواني.

جلست أجملهن إلى جواري وشممت منها رائحة قرفة وهيل أسكرتني، أما أختاها فجلستا مقابلنا. نظرت إلى رفيقات سفري خلسة بين الحين والآخر، فجمالهن يحبس أنفاسي، لكنني نظرت أغلب الوقت من النافذة المطلة على مناظر مذهلة. يسير القطار بمحاذاة ضفة نهر

ملآنة بحشود يخوضون النهر وينشدون وهم يغمسون تماثيل صغيرة لجانيشا في الماء، ويحمل العديد منهم أيضًا كرات ورقية صفراء. أشير إلى النافذة وأخاطب المرأة التي بجواري: «عفوًا، لكن هل يمكنك أن تخبريني ماذا يحدث؟ ماذا ينشدون؟».

استدارت ونظرت إلى عيني مباشرة وأجابتني بلغة إنجليزية هندية فاتنة: «إنهم يقولون: حبيبنا كاناباتي، عد مُجددًا العام القادم».

سألتها: «كاناباتي؟».

كتمت أختاها الضحك.

وأجابتني رفيقتي: «أعلم أن لغتنا وعاداتنا محيرة للغاية. لكن لعلك تعرف هذا الإله باسمه الأشهر: جانيشا».

- شكرًا لك. وهل لي أن أسأل لماذا يغرقونه في النهر؟

- يعلمنا هذا الطقس القانون الكوني: الدورة بين الشكل واللاشكل أبدية. وتماثيل جانيشا مصنوعة من الطين، وفي الماء تتفكك إلى اللاشكل. يفنى الجسد لكن الإله الحال فيه يبقى ثابتًا.

- كم هذا مثير! أشكرك. سؤال أخير: لماذا يحمل الناس هذه الكرات الورقية الصفراء؟

كتمت النسوة الثلاثة ضحكهن مجددًا من السؤال. «هذه الكرات تمثل القمر. تقول أسطورة قديمة إن جانيشا أفرط في أكل اللادو...».

- لادو؟

- اللادو هو أحد مخبوزاتنا، وهو عبارة عن كرة من الدقيق المحمَّر مع شراب الهيل. يحب جانيشا تناولها، وفي إحدى الليالي أفرط في ذلك فوقع على بطنه فانفجر. لم يشهد ذلك إلا القمر وظل يضحك ويضحك. استشاط جانيشا غضبًا ومحا القمر من الكون.

لكن بعد فترة وجيزة افتقد الجميع القمر بما فيهم الآلهة فقدًا شديدًا إلى درجة أن دعوا في أحد اجتماعاتهم الإله شيفا -والد جانيشا- إلى إقناع جانيشا بالتراجع. وحتى القمر انضم إليهم واعتذر لجانيشا، الذي استسلم وخفض عقوبة القمر: على القمر أن يختفي يومًا واحدًا من الشهر ويظهر جزء منه فقط بقية الشهر.

قلت: «شكرًا لك». يا لها من قصة مدهشة. يا له من إله مضحك برأسه ذلك.

فكرت رفيقتي للحظة وأضافت: «أرجو ألا تترك تعليقاتي تقلل في عينيك جدية الدين. من المثير للاهتمام التفكير في صفات جانيشا: كل صفة تعني شيئًا». خلعت حلية تحمل صورة جانيشا ترتديها حول رقبتها تحت الرداء ورفعتها لأراها. قالت: «انظر إلى جانيشا من كثب. كل سمة من سماته تحمل رسالة مهمة. الرأس الكبير يخبرنا أن نفكر على نطاق واسع، والأذنان الكبيرتان تستمعان جيدًا، والعينان الصغيرتان تركزان بقوة. أوه، وهناك شيء آخر، الفم الصغير يخبرنا أن نتحدث أقل، وهذا يجعلني فجأة أتساءل عما إذا كنت أفرط في الكلام».

«لا، على العكس». إنها جميلة إلى درجة أن التركيز على كلماتها صعب أحيانًا، لكن بالطبع لم أقل شيئًا. «استمري أرجوك. أخبريني لماذا يملك نابًا واحدًا؟».

- ليذكرنا بالتمسك بالجيد وترك السيئ.
- وماذا يحمل؟ يبدو كالفأس.
- نعم، ويعني أن علينا قطع التعلقات.
- يشبه ذلك أفكار بوذا كثيرًا.

- يجب ألا تنسى أن البوذية نشأت من محيط شيڤا العظيم.
- سؤال أخير. الفأر الذي تحت قدمه؟ رأيته في كل تمثال لجانيشا.
- أوه، هذه هي الصفة الأكثر إثارة للاهتمام على الإطلاق.

تسحرني عيناها، وأشعر وكأنني أذوب في نظراتها. «الفأر يمثل الشهوة»، وجانيشا يعلمنا أن علينا إبقاء الشهوة تحت السيطرة».

فجأة سمعنا صرير مكابح القطار وبدأ في التباطؤ. قالت رفيقتي التي لم أعرف اسمها: «لقد اقتربنا من إيجاتبوري ويجب أن أجمع أغراضي لأنزل. سأحضر أنا وأخواتي هنا مخيم ڤيسبانا للتأمل».

- وأنا أيضًا سأحضره. لقد استمتعت بحديثنا كثيرًا. ربما نستطيع استكمال حديثنا في المخيم، خلال وقت الشاي أو الغداء.

أومأت برأسها قائلة: «للأسف، لن يكون هناك مزيد من الكلام..».

- أنا محتار. تقولين لا ولكنك تهزين رأسك إيجابًا.
- نعم، نعم، هز رؤوسنا مشكلة دائمًا بالنسبة إلى الأمريكيين. عندما نهز رؤوسنا إلى أعلى والأسفل فإننا نعني: لا، وعندما نهز رؤوسنا من جانب إلى آخر فإننا نعني: نعم. أعلم أن هذا عكس ما اعتدته.
- إذن فأنت تقصدين لا. ولكن لماذا؟ لماذا لا مزيد من الكلام؟
- في المخيم لا يجوز التحدث. الصمت النبيل هو القاعدة والقانون في مخيم ڤيسبانا. ويُمنع الكلام على الإطلاق خلال الأيام الأحد عشر القادمة. وهذا أيضًا ممنوع، (أشارت إلى الكتاب الموجود في حجري). يجب إزالة أي مشتت عن المهمة المقصودة.

قلت: «حسنًا، إلى اللقاء». وأضفت بأمل: «ربما يمكننا التحدث مرة أخرى في القطار بعد المخيم».

- لا، يا صديقي، لا ينبغي لنا أن نفكر في ذلك. يعلمنا جوينكا أن نسكن الحاضر وحده. فذكريات الماضي وتطلعات المستقبل لا تُنتج سوى القلق.

أفكر كثيرًا في عباراتها النهائية: «ذكريات الماضي وتطلعات المستقبل لا تُنتج سوى القلق». تعبر هذه الكلمات عن الحقيقة بشدة، لكن الثمن غالٍ. وأنا لا أظن أنني قادر أو راغب في دفعه.

في إيجاتبوري، قمت برحلة قصيرة بسيارة أجرة إلى مركز التأمل، حيث سجلت وطُلب مني التبرع بالمال للمخيم. وعندما استفسرت عن متوسط الرسوم التي دفعها الحاضرون، قيل لي إن معظم الحاضرين فقراء ولم يدفعوا أي رسوم على الإطلاق. تبرعت بمائتي دولار، مع الأخذ في الاعتبار أن هذه رسوم متواضعة مقابل مخيم مدته 11 يومًا تشمل السكن والطعام. ومع ذلك، بدا موظفو التسجيل مدهوشين من كرمي وهزوا رؤوسهم جميعًا استحسانًا عندما نظرت إليهم. نظرت حولي ولاحظت، ببعض القلق، أنه من بين نحو 200 مشاركٍ يسجل في المخيم، كنت أنا الغربي الوحيد.

وضع أحد الموظفين جميع كتبي في خزانة بمكتب الاستقبال ثم أرشدني إلى المنطقة التي سأنام فيها. وربما بسبب تبرعي الكبير وضعوني في غرفة مع أربعة مرافقين فقط. كنا نحيي بعضنا بعضًا بصمت. كان أحدهم أعمى، وحاول ثلاث أو أربع مرات الاستلقاء على فراشي عن غير قصد، فكنت أرشده إلى فراشه. لم يتحدث أحد طيلة الأيام العشرة. ولم يتكلم أحد سوى جوينكا، أو مساعده في بعض الأحيان.

ولم أدرك صعوبة ما ألحقت نفسي به إلا حين تفحصت الجدول. فاليوم يبدأ في الخامسة صباحًا بفطور خفيف، وبقية اليوم نقضيه في

تعلم التأمل والإنشاد والمحاضرات. وكانت الوجبة الحقيقية الوحيدة في اليوم غداءً نباتيًا في منتصف النهار، ولكن سرعان ما فقدت شهيتي ولم أهتم كثيرًا بالطعام، وهو أمر معتاد في المخيم.

اعتدنا بعد الإفطار الاجتماع في القاعة الكبرى، حيث توجد منصة مرتفعة قليلًا يجلس عليها جوينكا. كانت أرضية القاعة مغطاة بالحصير، وبالطبع خالية من الأثاث. جلس الحاضرون البالغ عددهم 200 شخصٍ في وضع اللوتس منتظرين في صمت ظهور جوينكا. وبعد بضع دقائق من الصمت، يخرج برفقة أربعة مرافقين إلى المنصة. كان رجلًا وسيمًا، ذا بشرة برونزية، يرتدي ثيابًا بيضاء، وافتتح التدريس بالإنشاد من نص بوذي قديم باللغة البالية، وهي لغة هندو أوروبية منقرضة وهي اللغة الطقسية لبوذية التيرافادا. كان يفعل ذلك كل صباح في أثناء المخيم، يغني بصوت أذهلتني جهورته واستثنائية غناه. ومهما كان الخطب، كنت أعلم أن متعة الاستماع إلى إنشاد جوينكا كل صباح ستهوِّن مشاق هذه الرحلة. وفي نهاية المخيم، حرصت على شراء بعض أشرطته، وظللت لسنوات أستمع إليها كل ليلة وأنا أسترخي في حوض الاستحمام الساخن.

إن أول ما يتبادر إلى ذهني حين أتساءل لماذا تأثرت بشدة بالإنشاد، هو صوت والدي وهو يغني مع المطربين اليديشيين على أسطوانة الفونوغراف. ثم أفكر أيضًا في كم ذكرني إنشاد جوينكا بالمرتلين في الكنيس. ففي فترة مراهقتي، كان كل ما أردت فعله هو الهروب من الكنيس بأسرع ما يمكن، ولكن الآن، حين أستعيد ذكرياتي، أتذكر بعض البهجة التي شعرت بها وأنا أستمع إلى صوت المرتلين الجميل. ولا أستطيع إلا أن أخمن أن جزءًا عميقًا مدفونًا بداخلي يتوق إلى السحر، وتخفيف آلام الفراق من خلال الطقوس والسلطة. وأعتقد أن قِلة من

الناس هم الذين لا يتوقون إلى مثل هذه الرغبات. فلقد رأيت الإمبراطور عاريًا، وسمعت أسرار العديد من أصحاب المناصب العليا، وأعلم أنه لا يوجد شخص محصن من اليأس والشوق إلى حضن الإله.

ألقى جوينكا علينا المحاضرات بنفسه في أول يومين وعلمنا كيف نركز على التنفس، وكيف نشعر بالهواء البارد وهو يدخل وبالهواء الدافئ وهو يخرج بعدما احتضنته الرئتان. وبعد عدة ساعات فقط من أول يوم، واجهت صعوبة كبيرة في الجلوس في وضع اللوتس. لم أشعر بالراحة قطُّ بالجلوس على الأرض وبدأت ركبتاي وظهري يؤلمانني. وخلال استراحة تناول الغداء، تحدثت عن مشكلتي إلى أحد مساعدي جوينكا (رغم أننا التزمنا الصمت، سُمح لنا بالتحدث إلى أحد المساعدين في حالة الضرورة القصوى). نظر إليَّ باستغراب وسأل بصوت مرتفع ماذا فعلت في حياتي السابقة لأُبتلى بظهر غير متعاون إلى هذه الدرجة. مع ذلك قدم لي كرسيًّا خشبيًّا بسيطًا، ولبقية فترة المخيم جلست وحدي على كرسي وسط 200 متعبدٍ يجلسون بهدوء في وضع اللوتس. وكان تعليق المساعد عن الحياة السابقة هو الإشارة الوحيدة التي سمعتها خلال المخيم كله إلى ما وراء الطبيعة. سادت الصرامة وإن لم تظهر بجلاء إلى أن أخرج أحد الحضور ريحًا بصوت مرتفع ذات يوم. ضحك شخصان بصوت مرتفع ولحقهما 10 أشخاص ظلوا يضحكون لعدة دقائق. أنهى جوينكا الدرس بسرعة، وفي الصباح التالي لاحظت أن عدد الحاضرين أقل؛ لم يعد أيٌّ من الضاحكين موجودًا ولا بُدَّ أنهم طُردوا.

في اليوم الثالث، بدأ جوينكا التعليم الرسمي بتأمل الڤيسبانا، آمرًا الحاضرين بالتركيز على فروة رأسهم إلى أن نشعر بشيء ما فيها، مثل: حكة أو وخزة، ثم ننقل انتباهنا إلى الوجه، وننتظر شعورًا ما هناك يوجهنا بالتحرك إلى القسم التالي من الجسد، ثم نحو الرقبة والكتفين

حتى نصل إلى باطن القدمين، كل هذا ونحن نمارس التنفس اليقظ، وننتبه بلا توقف للتغير. وركز جميع التوجيهات التالية فقط على تعلم أساليب الڤيبسبانا فحسب، وهي طريقة بوذا الشخصية في التأمل كما ذكرنا جوينكا عدة مرات.

بالإضافة إلى التوجيهات والإنشاد، ألقى جوينكا عدة محاضرات تحفيزية، وجدتها جميعًا مخيبة للآمال. فقد طمأننا بأننا جميعًا أثرياء الآن، وأننا نملك أسلوبًا يسمح لنا باستخدام وقتنا على نحو مفيد. على سبيل المثال: في أثناء انتظار الحافلة، يمكننا التأمل بطريقة الڤيسبانا وتنقية أذهاننا، تمامًا كمزارع يزيل الحشائش الضارة من مزرعته. وبالتالي، أكد على أننا نملك ميزة على كل من ينتظر معنا الحافلة ويضيع وقته سدًى. وهذه الفكرة الأخيرة -بأن الڤيسبانا تعطينا ميزة على الآخرين- بدت بلا قيمة، وشعرت أنها غريبة على النداء الروحاني لجوينكا.

بعد بضعة أيام من توجيهات جوينكا المتواصلة، أدركت شيئًا غيَّر تمامًا طبيعة ممارستي للڤيسبانا. بدأت «أسيل». بدأت أشعر وكأن العسل يُسكب على رأسي، ويتسرب ببطء ليغطي جسدي بالكامل. شعرت بلذة، وكأن جسدي يطن أو يهتز، وفجأة خطر لي خاطر: الآن فهمت تمامًا لماذا يختار العديد من الأتباع البقاء في هذه الحالة لأسابيع، بل وسنوات. لا هموم، ولا قلق، ولا شعور بالذات أو الانفصال عنها، فقط الطنين الجميل والدفء وهما يسيلان على الجسد ويتخللانه.

للأسف لم تدم حالة اللذة الإعجازية سوى يوم ونصف، ولم أستطع دخولها مرة أخرى. أخشى أنني لو قيمت نفسي فسأجعلها ترسب في تأمل ڤيسبانا. لم يساعدني أن نومي أصبح غير متواصل، ونادرًا ما كنت أنام لأكثر من أربع وأحيانًا خمس ساعات خلال المخيم.

والسبب في هذا هو خليط من التأثر بكثرة التأمل، ورفيقي الأعمى ومحاولاته للنوم على فراشي، ودوران الحراس الليليين في مركز التخييم واستخدامهم صفارات الشرطة بصوت مرتفع طوال الليل لإبعاد اللصوص. مر الوقت ببطء شديد وتزايد مللي. فبخلاف غسل الملابس، لم أجد شيئًا أفعله إلا القليل، وقد غسلتها بكثرة سواء احتاجت إلى الغسل أو لا، بل وتفحصتها عدة مرات لأرى سرعة جفافها.

بين الحين والآخر، رأيت رفيقة القطار الجميلة من بعيد، لكن بالطبع لم يمكننا التحدث، رغم أنني متأكد من أنها نظرت إلى عيني مباشرة كثيرًا. ورغم تحذيراتها من تعكير التفكير في المستقبل للسكينة، فما أكثر ما تخيلتنا نلتقي مرة أخرى على القطار دون أختيها بعد المخيم. حاولت جهدي أن أتخلص من خيالي الشهواني، فهو بالتأكيد يعيق طريق السكينة.

الأسوأ هو منع الكتب. فمن النادر أن أقطع يومًا دون قراءة فصل أو اثنين من رواية، لكن فرض عليَّ أن أفارق كل مادة مقروءة منذ تسجيل الدخول. شعرت بالتوتر، كمدمن يعاني أعراض الانسحاب. وذات مرة رأيت ورقة مكرمشة في حقيبة ظهري، فانقضضت عليها وأمسكت قلم رصاص وأمتعت نفسي بخربشة قصة. فكرت في كلمات رفيقة القطار: «ذكريات الماضي وتطلعات المستقبل لا تُنتج سوى القلق». والآن، وأنا أمسك بالقلم الرصاص في يدي، فكرت في العواقب الكارثية المترتبة على هذه الفكرة. وتخيلت شكسبير لو تبنى هذه العبارة واختار عدم كتابة مسرحية الملك لير. وليس لير وحدها، بل لو فعل لأُجهضت كل الشخصيات العظيمة في الأدب. نعم، يبعث تقديس السكينة على الهدوء بشكل رائع، ولكن الثمن! الثمن!

بعد المخيم، ركبت القطار عائدًا إلى مومباي، ولم أرَ الأخوات الهنديات مرة أخرى. وقبل أن أغادر الهند، كنت أرغب في زيارة ڤاراناسي، العاصمة الروحية للهند، ولكن الطريق كان يمر عبر كالكوتا، التي واجهتني بأعماق البؤس البشري الذي لم أرَ مثله من قبل. إذ مرَّت سيارة الأجرة التي نقلتني من المطار إلى المدينة بأكواخ بائسة لا نهاية لها يسكنها الفقراء، وكل كوخ له موقد فحم ينفث دخانًا داكنًا وأبخرة في الهواء تلسع الحلق وتغمي الشمس في وسط الظهيرة. ووجدت المتسولين الهزيلين، والمكفوفين، والمجزومين، والأطفال الهزيلين ينتظرونني كلما غادرت الفندق. وكان المصابون بالجذام يطاردونني حتى مسافة طويلة، ويهددون بلمسي بقروحهم إن لم أعطهم الصدقات. وقد اعتدت ملء جيوبي بالعملات المعدنية عند الخروج، ولكن الفقر والحاجة كانا لا ينضبان. وبذلت قصارى جهدي لاستخدام تقنيات ڤيباسانا التي تعلمتها آنفًا، ولكنني فشلت في الوصول إلى السكينة. وكانت ممارستي المبتدئة للتأمل عاجزة عن مواجهة الانفعال الحقيقي.

بعد ثلاثة أيام قضيتها في كالكوتا، ركبت القطار مرة أخرى ووصلت إلى مدينة ڤاراناسي المقدسة في وقت متأخر من الليل، حيث كنت السائح الوحيد في محطة القطار الفارغة. وبعد ساعة وصل سائق عربة تجرها دراجة إلى المحطة ووافق بعد مساومة عصيبة على نقلي إلى ڤاراناسي ومساعدتي في العثور على سكن، ولكن العثور على سرير فارغ صعب بسبب امتلاء المدينة بالحجاج البوذيين. وأخيرًا، بعد ساعتين من البحث، وجدت غرفة صغيرة مناسبة في دير تبتي وإن كانت صاخبة. لم أنم إلا قليلًا في تلك الليلة بسبب الإنشاد الصاخب المبهج للتانترا طوال الليل. وفي الأيام التالية حضرت ندوات ودروس يوجا وتمارين تأمل في الأديرة المختلفة. ورغم فشلي الذريع في التأمل،

جذبت الندوات والمحاضرات اهتمامي بشدة، ولم أشك ولو للحظة في وجود حكمة عظيمة في الموروثات البوذية. ولم أفكر أيضًا في الالتحاق بتدريبات تأمل أخرى؛ في ذلك الوقت بدت لي أنها أنانية، فلي حياة كاملة في مكان آخر: زوجة وعائلة أحبها بشدة، وعمل يخصني، وطريقتي في خدمة الناس.

خرجت في جولات بالقارب في نهر الجانج، وشاهدت حرق الجثث اليومي على طول ضفة النهر، وجحافل القرود على الأشجار والأسطح، واستكشفت المنطقة المحيطة مع مرشد كان طالبًا جامعيًّا على دراجة نارية. بعد ذلك ذهبت إلى سارناث، المدينة البوذية المقدسة التي تضم العديد من المواقع المعظمة، مثل: حديقة الغزلان التي علم بوذا فيها الدارما لأتباعه لأول مرة، وكذلك شجرة بودي التي نمت من قطع من الشجرة الأصلية التي وجد بوذا التنوير تحتها.

وعندما ذهبت إلى المحطة لشراء تذكرة العودة إلى كالكوتا، حيث سألحق بالطائرة إلى الولايات المتحدة بعد وقفة في تايلاند، أبلغني بائع التذاكر أنه لا توجد مقاعد شاغرة لعدة أيام قادمة. شعرت بالحيرة، لأن المحطة بدت مهجورة إلى حد بعيد. وعند عودتي إلى فندقي، طلبت المساعدة من المدير، فأبلغني مبتسمًا أن حل هذا اللغز بسيط للغاية وأنني لم أتعلم بعد طرق الهند. رافقني إلى محطة القطار، وطلب مني ورقة نقدية من فئة خمسة دولارات، ثم مرر الورقة النقدية إلى بائع التذاكر، الذي أخرج لي تذكرة بكل لطف وعلى الفور. وعلاوة على ذلك، عندما صعدت إلى القطار، لاحظت أنني كنت الراكب الوحيد في عربة الدرجة الثانية بأكملها.

من كالكوتا سافرت بالطائرة إلى تايلاند، حيث أخذت جولة في الأسواق العائمة والأضرحة البوذية، وخضت محادثة شائقة في أثناء

تناول الشاي مع عالم بوذي كنت قد رتبت للقاء معه من خلال صديق لي في الوطن. وفي المساء، اصطحبني صديق ابن عمي جاي في جولة غير دينية في المدينة. وفي مطعم المأكولات البحرية المترامي الأطراف الذي ذهبنا إلى تناول الطعام فيه، لم يقدم لنا النادل قائمة الطعام، بل أرشدنا إلى بركة أسماك تحيط بالمطعم وطلب منا اختيار الأسماك التي نريد تناولها. ثم اصطادها بشبكة طويلة المقبض ووجهنا إلى سلة كبيرة من الخضراوات الطازجة، حيث اخترت الأطباق الجانبية. وبذلت قصارى جهدي لتوجيه النادل بعبارتي التايلاندية الوحيدة «فريك ركن» (أي: لا فلفل حار)، ولكن لا بدَّ أنني شوهت الكلمات لأنها أثارت ضحكات صاخبة جذبت النُّدل الآخرين للمشاركة في المرح. وبعد العشاء اصطحبني مرشدي لأول مرة في حياتي والمرة الوحيدة إلى صالون تدليك كامل الجسد. أرشدتني المساعدة إلى غرفة وطلبت مني أن أخلع ملابسي وأستحم، وبعد ذلك غطتني من الرأس إلى أخمص القدمين بزيت التدليك، وعند هذه النقطة دخلت المدلكة: امرأة عارية بارعة الجمال، وبدأت في تدليكي. بعد بضع دقائق فقط أدركت أنني أسأت فهم مصطلح تدليك كامل الجسم، فلم يكن تدليكًا لجسدي بالكامل، بل كانت تدلكني بكامل جسدها. في نهاية التدليك ابتسمت وانحنت وسألت بطريقة رقيقة للغاية: «هل ترغب في أي شيء آخر؟».

من بانكوك سافرت بالحافلة إلى شيانج ماي، حيث شاهدت الأفيال وهي تعمل على إزالة الغابات. والتقيت زميلًا مسافرًا من النمسا، فاستأجرنا مرشدًا ليأخذنا في رحلة بالقارب في نهر كوك. وتوقفنا عند قرية محلية للانضمام إلى دائرة يجلس فيها الذكور ويستمتعون بجلستهم اليومية لتدخين الأفيون، فيما تضطلع الإناث بالطبع بجميع أعمال القبيلة. لم تكن تجربتي الوحيدة مع الأفيون عصبية، وإنما دخلت

في حالة من الهدوء الذهني استمرت لعدة ساعات. واصلنا رحلتنا إلى شيانج ري، ومررنا في طريقنا بمجموعة من المعابد ذات الشرفات التي بدت وكأنها قد تطير في أي لحظة. في شيانج ري مشيت على جسر مع سياح آخرين يربط تايلاند ببورما، حيث التقينا في منتصف الطريق حراسًا عسكريين بورميين صارمين. سمح لنا الحراس بلمس الحاجز لبضع لحظات حتى نتمكن من القول إننا كنا في بورما. وبعد ذلك سافرت إلى جزيرة بوكيت لقضاء بضعة أيام في المشي على الشاطئ والغوص، ثم توجهت إلى منزلي في كاليفورنيا.

ورغم أنني أحببت هذه الرحلة، فإنني في النهاية دفعت ثمنها غاليًا. فبعد فترة وجيزة من عودتي إلى المنزل، أُصبت بمرض غريب عذبني لعدة أسابيع، إذ عانيت التعب والصداع والدوار وفقدان الشهية. واتفق جميع الأطباء في مستشفى ستانفورد على أنني أصبت بأحد الأمراض الاستوائية، ولكن لم يتمكن أحد من تحديده. وبعد بضعة أشهر، عندما تعافيت تمامًا، احتفلنا بالذهاب في رحلة قصيرة إلى جزيرة في الكاريبي حيث استأجرنا كوخًا لمدة أسبوعين. وفي وقت مبكر من الرحلة، غفوت على الأريكة، واستيقظت وقد غطتني لدغات الحشرات. وفي اليوم التالي ساءت حالتي عما كانت حين عدت إلى المنزل من الهند. فعدنا إلى الوطن بالطائرة، وقضى قسم الطب في جامعة ستانفورد أسابيع في فحصي للكشف عن حمى الضنك وأمراض استوائية أخرى. ورغم أنهم استخدموا كل اختبار تشخيصي متاح في الطب الحديث، فإنهم لم يحلوا لغز مرضي قطُّ.

ظللت مريضًا لستة عشر شهرًا، وبالكاد استطعت خلالها الذهاب إلى جامعة ستانفورد كل يوم، وكنت في حاجة إلى قسط كبير من الراحة. أخبرني أحد أصدقاء مارلين المقربين في وقت لاحق أن كثيرًا من الناس

ظنوا أنني أصبت بسكتة دماغية. في النهاية، قررت إعادة بناء جسدي، فاشتركت في صالة الألعاب الرياضية وأجبرت نفسي على ممارسة الرياضة يوميًّا بغض النظر عن مدى سوء حالتي الصحية، وتجاهلت تمامًا أي توسلات أو أعذار يقدمها جسدي، وحافظت على جدولي في صالة الألعاب الرياضية، ثم في النهاية استعدت صحتي. حين أسترجع هذه الفترة، أتذكر عدد المرات التي جاء فيها ابني بن وهو في الثانية عشرة إلى غرفتي وجلس معي في صمت. خلال هذين العامين فاتني لعب التنس معه، ولم أعلمه الشطرنج أو أركب معه الدراجة قطُّ (رغم أنه يتذكر لعبنا للطاولة وقراءة «The Chronicles of Thomas Covenant» من تأليف ستيفن دونالدسون جهرًا).

منذ ذلك الوقت، شعرت بتعاطف هائل مع المرضى الذين يعانون أمراضًا غامضة لا يمكن تشخيصها، مثل: متلازمة التعب المزمن، أو الألم العضلي الليفي. فقد كانت فترة مظلمة في حياتي، وإن تلاشت كل ذكريات تلك الأيام تقريبًا، لكنني أعلم أنها كانت أشد اختبار لقدرتي على التحمل.

رغم أنني لم أمارس التأمل مرة أخرى لسنوات طويلة، اكتسبت احترامًا عظيمًا له، والسبب إلى حد ما أنني أعلم كم الناس الذين وجدوا فيه الراحة من المعاناة والسبيل إلى حياة ألطف. خلال السنوات الثلاث الماضية، قرأت أكثر عن التأمل، وتحدثت إلى زملاء يمارسونه، وجربت الطرق المختلفة. في كثير من الأحيان، حين أشعر بالتوتر، أستمع إلى أحد تأملات النوم العديدة على الإنترنت، وفي العادة أنام قبل نهاية التأمل.

الهند كانت أول لقاء مقرب للثقافة الآسيوية. ولم يكن الأخير.

الفصل الثامن والعشرون

اليابان، والصين، وبالي،

Love's Executionerg

وأنا أسجل الدخول في فندقي بطوكيو في خريف 1987، قابلت عالم نفس يتحدث الإنجليزية طلب منه مضيفيَّ اليابانيون القدوم من نيويورك ليعمل مترجمًا. وقد أقام في غرفة مجاورة لغرفتي في الفندق، وسيظل متفرغًا طوال الوقت لمدة أسبوع لترجمة استشاراتي.

سألته: «أيمكنك أن تخبرني بالضبط ماذا سأفعل؟».

- لم يخبرني مدير البرنامج في مستشفى هاسيجاوا شيئًا محددًا عن جدولك خلال هذا الأسبوع.

- يا للعجب! لقد سألت ولكن لم أتلق ردًّا: يبدو وكأنهم يبقون الأمر سرًّا عن عمد.

نظر إليَّ ولم يفعل سوى هز كتفيه.

في الصباح التالي حين وصلت أنا وهو إلى مستشفى هاسيجاوا، تلقيت استقبالات حارًّا وباقة ورد ضخمة من مجموعة كبيرة من الأطباء النفسيين والإداريين الذين انتظروا في المدخل. قالوا إن أول صباح لي

مناسبة مميزة، فكامل طاقم المستشفى سيكون حاضرًا للاستماع إلى نقاشي حول المجموعات العلاجية للمرضى المقيمين. ثم أرشدوني إلى قاعة بها نحو 400 إنسان. وبما أني علقت على مجموعات علاجية مرات لا حصر لها، شعرت بالاسترخاء وجلست منتظرًا إلقاء وصف كلامي لمجموعة علاجية أو تشغيل مقطع مصور لها. إلا أنني فوجئت بمشاهدة الطاقم يعد عدته لإعادة تمثيل درامية لإحدى جلسات العلاج الجماعي، إذ صوروا جلسة عُقدت في المستشفى في الشهر الماضي، وكتبوا كل ما قيل فيها، ثم وزعوا الأدوار على أعضاء الطاقم، ويبدو أنهم أمضوا ساعات طويلة في التدرب على الدراما. كانت أداءً مُحسَّنًا، لكن للأسف عرض أحد أشد المجموعات التي رأيتها رعبًا. فقد رأيت القادة يجلسون في دائرة حول المجموعة، ويقدمون النصائح ويصفون التمرينات المختلفة بالدور لكل عضو. ولم أر عضوًا في المجموعة يخاطب عضوًا آخر ولو مرة. وهذا في رأيي مثال على الطريقة التي ينبغي ألا تقام بها جلسة العلاج الجماعي. ولو عرضوا شريطًا مصورًا لما واجهت مشكلة في إيقافه وشرح الطرق البديلة، لكن كيف يمكنني أن أوقف إنتاجًا متقنًا تطلب ساعات طويلة من التدريب؟ لو فعلت لكانت إهانة مرعبة، ولذلك جلست وحضرت العرض بأكمله (والمترجم يهمس في أذني). ثم في المناقشة، اقترحت بلطف شديد بعض الأساليب القائمة على المهارات الاجتماعية.

حاولت جهدي أن أكون معلمًا مفيدًا خلال الأسبوع الذي قضيته في طوكيو، لكن لم أشعر قطُّ أنني فعَّال. وأدركت خلال هذا الأسبوع أن شيئًا عميقًا في الثقافة اليابانية يعارض العلاج النفسي الغربي، وبخاصة العلاج الجماعي، وهو: العار الناشئ من البوح بما في النفس أو نشر أسرار العائلة. تطوعت لقيادة مجموعة معالجة للمعالجين، لكن

الفكرة رُفضت، ولأكون صريحًا أراحني ذلك. أعتقد أنها كانت ستمتلئ بالصمت الثقيل وما كنا لننجز فيها إلا القليل. في جميع العروض التي قدمناها في ذلك الأسبوع، أبدى الحضور انتباهًا يدل على الاحترام، لكن لم يعلق ولا واحد منهم أو يسأل سؤالًا واحدًا.

كذلك خاضت مارلين تجربة مشابهة في الرحلة نفسها. فقد ألقت محاضرة عن الأدب النسائي الأمريكي في القرن العشرين في معهد نسائي ياباني أمام حشد كبير في قاعة جميلة التجهيز. كان الحدث جيد التنظيم، وسبق المحاضرة حفل رقص جميل، وأبدى الحضور الانتباه والاحترام. لكن حين طلبت منهم أن يطرحوا أسئلتهم أو تعليقاتهم، عمَّ الصمت التام. بعد أسبوعين، ألقت الكلمة نفسها في جامعة بكين للدراسات الخارجية وفي نهايتها أُمطرت بالأسئلة من الطلبة الصينيين.

تلقينا كل المجاملات التي يمكن تخيُلها في طوكيو. أحببت صناديق غداء البنتو المكونة من سبع طبقات من الأكلات الجميلة المنمقة بشكل رائع. كما أقيمت حفلات فارهة على شرفي ودعاني مضيفي للإقامة في شقته التي تطل على هاواي من جميع الجهات وقتما أحببت.

بعد تلك اللقاءات، كلما رحلنا قابلنا المضيفون والغرباء بكرم بالغ أينما حللنا في اليابان. وذات مساء في طوكيو، ونحن متوجهان إلى مسرح كابوكي ضللنا الطريق، فأرينا امرأة تغسل درجات سلم مبنى تذكرتينا وطلبنا منها دلنا. تركت فورًا ما كانت تفعله واصطحبتنا مسيرة أربعة مجمعات سكنية حتى باب المسرح. وفي مرة أخرى في كيوتو، نزلنا من حافلة وتجولنا في المدينة ثم سمعنا صوت خطوات مسرعة خلفنا. التفتنا فوجدنا امرأة مسنة تعاني لتلتقط أنفاسها وتقترب منا حاملة مظلتنا التي نسيناها في الحافلة. وبعد وقت قصير في معبد بوذي، دخلنا حوارًا عرضيًّا مع شخص غريب يعمل أستاذًا

جامعيًّا، فدعانا فورًا إلى منزله لتناول الغداء. رغم هذا لم ترحب ثقافتهم بمنهجيتي العلاجية، والقليل النادر من كتبي تُرجم إلى اليابانية.

اليابان هي أول محطة في إجازة التفرغ الممتدة لعام كامل. وقبلها مباشرة أنهيت فترة صعبة من مراجعة كتابي الدراسي حول العلاج الجماعي مرة أخرى. والمبتدئون -من أمثالي- حين يضعون كتابًا دراسيًّا لا يدركون عمومًا أن نجاحه يعني الارتباط به مدى الحياة. إذ يجب مراجعة الكتاب كل بضع سنوات، لا سيما إذا ظهرت أبحاث جديدة أو تغيرات في المجال، وهذا فعلًا هو حال العلاج الجماعي. ولو لم تخضع الكتب الدراسية للمراجعة، لبحث المعلمون عن نص أحدث لتدريسه.

في خريف عام 1987، أصبح عشنا فارغًا، فبن ابني الأصغر، غادر حينئذ المنزل للالتحاق بالكلية في جامعة ستانفورد. وبعد إرسال النسخة المنقحة من كتابي إلى الناشر، احتفلنا أنا ومارلين بحريتنا بعام كامل من السفر، والتوقف لخلوات كتابة طويلة في بالي وباريس.

منذ زمن طويل، فكرت في نوع جديد من الكتب. فخلال حياتي، راسلني الكثير من قراء كتاب العلاج الجماعي وأعلموني أنهم تحمَّلوا صفحات طويلة من الكلام النظري الجاف لأنهم يعلمون أن قصة تعليمية جديدة ستظهر مع التقليب. لذا وأنا في السادسة والخمسين، قررت تغيير حياتي تغييرًا كبيرًا. سأتابع تعليم المعالجين النفسيين الشباب من خلال كتابتي، لكنني سأرفع القصة إلى موقع متميز: سأضع القصة أولًا وأسمح لها أن تكون الناقل الرئيس لدروسي. شعرت أن الوقت حان لتحرير الحكَّاء الذي بداخلي.

وقبل المغادرة إلى اليابان وجدت من الضروري أن أتعلم تشغيل أداتي الجديدة الحديثة: حاسوبي المحمول. لذا استأجرنا غرفة صغيرة

لمدة ثلاثة أسابيع في أشلاند بولاية أوريجان، وهي قرية زرناها عدة مرات في السابق يُقام فيها مهرجان مسرحي استثنائي. وقد شاهدنا هناك مسرحيات في المساء، أما خلال الصباح فمارست الكتابة بجد على حاسوبي. وحين شعرت بالثقة في استخدامه، انطلقنا إلى أول محطاتنا: لقاءات طوكيو.

حينها كنت لا أزال أكتب بإصبع واحدة. فكل كتبي السابقة كُتبت يدويًّا (أو أمليتها كما فعلت في كتاب واحد). لكن من أجل هذا الجهاز الجديد، توجب عليَّ تعلم الكتابة ونجحت من خلال طريقة غير معتادة: قضيت الرحلة الجوية الطويلة إلى اليابان في لعب إحدى ألعاب الفيديو الأولى، حيث أجد سفينتي الفضائية تحت هجوم من مركبات فضائية تطلق صواريخ على شكل الحروف الأبجدية، ولا يمكن صد هذه الصواريخ إلا بالضغط على زر الحرف نفسه في لوحة المفاتيح. كانت وسيلة تعليمية فعَّالة للغاية ومع وصول الطائرة إلى اليابان تعلمت كيف أكتب.

بعد زيارتنا لطوكيو، سافرنا إلى بكين، حيث التقينا أربعة أصدقاء أمريكيين ومعهم مرشد كما كان يلزمنا القانون في ذلك الوقت، وانطلقنا في جولة في الصين. ذهبنا إلى سور الصين العظيم، والمدينة المحرمة، وخلال رحلة نهرية ذهبنا إلى مدينة جويلين، حيث بهرتنا رؤوس الجبال الشبيهة برؤوس الأقلام على مسافة بعيدة. واستمر تفكيري خلال كل هذه الرحلات منصبًّا على التوصل إلى طريقة لكتابة مجموعة من قصص العلاج النفسي.

وذات يوم في شانغهاي، شعرت بمزاج سيئ ولم أرافق الآخرين في جولتهم التي استمرت طوال اليوم، وإنما نلت قسطًا من الراحة طوال الصباح. ومن حقيبة الأوراق الممتلئة بما أمليته من ملاحظات

جلسات العلاج النفسي، أمسكت عشوائيًا بمجلد (أحد 25 مجلدًا) وقرأت ملخصات 75 جلسة علاجية اجتمعت خلالها مع ساول، الباحث الستيني في علم الكيمياء الحيوية.

بعد ظهر ذلك اليوم، بينما كنت أتجوَّل وحدي في الطرقات الخلفية لشانغهاي، مررت بكنيسة كاثوليكية كبيرة جميلة هُجرت منذ زمن طويل. دخلت من الباب المفتوح، وتجولت في الممرات إلى أن وقعت عيني على حجرة الاعتراف. بعد أن تأكدت من أنني وحدي، فعلت شيئًا لطالما رغبت في فعله: تسللت وجلست على كرسي الكاهن. فكرت في أجيال من الكهنة الذين سمعوا اعترافات في هذا الصندوق وتخيلت كل ما سمعوه: الكثير من الندم، والكثير من العار، والكثير من الذنب. لقد حسدت رجال الدين هؤلاء، حسدت قدرتهم على أن يقولوا للمعذبين: «لقد غفرت لك». يا لها من قوة علاجية! شعرت أن قدراتي تضاءلت إلى جانبها.

بعد الجلوس والتأمل لما يقرب من ساعة في كرسي السلطة العتيق ذاك، حصل شيء مذهل: انزلقت إلى حلم يقظة وخلاله اكتشفت حبكة إحدى القصص (قصة ثلاثة خطابات مفتوحة) بالكامل. فجأة عرفت كل شيء عن تلك القصة: شخصياتها، وتطوراتها، ولحظات التشويق فيها. شعرت بالحاجة الماسة إلى تدوينها قبل أن تتبخر، لكن لا ورقة ولا قلم لدي (قبل حقبة الآي فون)، ولا وسيلة لتسجيل أفكاري. فتشت في الكنيسة، وعثرت على قطعة قلم رصاص طولها بوصة واحدة في رف كتب فارغ، ولكن لم أجد قصاصة ورق، لذا لجأت إلى الورقة الوحيدة المتاحة لي: الصفحات الفارغة من جواز سفري، حيث كتبت عليها

أساسيات القصة. كانت هذه أول قصة من مجموعة قصصية أسميتها لاحقًا: جلاد الحب (Love's Executioner).

بعد أيام قليلة ودعنا أصدقاءنا والصين، وسافرنا إلى بالي لقضاء شهرين في منزل عجيب كنا قد استأجرناه. وهناك بدأت الكتابة بجدية. وشغل مارلين أيضًا مشروع كتابة (تمخض عن كتابها «أخوات الدم: الثورة الفرنسية في ذاكرة النساء»). ورغم حبنا الشديد لأطفالنا الأربعة، فقد سعدنا جدًّا بحريتنا، فهذه أول إقامة مطولة لنا معًا من دون أطفال منذ شهر العسل الذي قضيناه في فرنسا قبل 33 عامًا.

كان منزلنا في بالي مختلفًا عن أي شيء صادفناه من قبل. من الخارج لم يظهر منه سوى الجدار العالي الذي يحيط بالعقار الكبير، المملوء بالنباتات الاستوائية الخصبة. ولم يحتوِ المنزل على جدران، بل قسمت الغرف ستائر معلقة تحيط بها من كل جانب. وكانت منطقة النوم في الطابق العلوي، والحمام في مبنى منفصل. ولا يمكننا أن ننسى ليلتنا الأولى هناك. ففي منتصف الليل تقريبًا، هبط علينا سرب من الحشرات الطائرة بالملايين، لدرجة أننا سحبنا أغطية السرير فوق رؤوسنا. وتطلعت إلى حقائبي ووضعت خطة الابتعاد عن هذا المكان قدر المستطاع وبأسرع ما يمكن فور أن يحل الصباح. ولكن عند شروق الشمس، عاد كل شيء هادئًا مرة أخرى، ولم نرَ حشرة واحدة في الأفق، كما أقسم لنا الخدم إن سرب تزاوج النمل الأبيض هذا يجتمع ليلة واحدة فقط في السنة. رأينا الطيور بألوان زاهية تحط بجرأة على الأشجار الملتوية المعقدة في الحديقة وتغرد ألحانًا غريبة. وسحرنا عطر الأزهار غير المألوفة.



بالي عام 1988.

ووجدنا المطبخ مملوءًا بأنواع عديدة من الفاكهة غريبة الشكل. كان طاقم العمل المكون من ستة أفراد يعيشون في أكواخ ضمن العقار ويقضون أيامهم في التنظيف والطهي والبستنة وتشغيل الموسيقى وترتيب الزهور والفواكه للاحتفالات الدينية المتكررة. وعلى مسيرة ثلاث دقائق من البوابة الخلفية على درب رملي، وقع شاطئ كوتا الرائع، وكان حينئذ لا يزال نقيًّا ومهجورًا. كل هذا مقابل مبلغ أقل بكثير من مبلغ إيجار منزلنا في بالو ألتو.

بعد كتابة «Three Unopened Letters» عن ساول بناءً على الملاحظات التي خططتها في جواز سفري، قضيت كل صباح على منضدة الحديقة أبحث في حقيبتي عن القصة التالية. وفي فترة بعد الظهر أتمشى بصحبة مارلين على الشاطئ، وبشكل غير محسوس تقريبًا، أجد قصة ما تتجذر وتتطور إلى أن تصل إلى الزخم الذي يجبرني على ترك كل الملاحظات الأخرى جانبًا وتكريس جهدي لحكاية معينة. حين بدأت الكتابة، لم أملك أي فكرة إلى أين ستقودني القصة

أو بأي شكل ستتشكل. وشعرت وكأنني متفرج وأنا أشاهدها تتجذر وترسل براعم تتشابك سريعًا.

لقد سمعت كثيرًا من الكُتاب يقولون إن القصة تكتب نفسها، ولكنني لم أفهمهم حتى ذلك الوقت. وبعد شهرين، أصبحت أقدر تمامًا وبعمق حكاية قديمة أخبرتني بها مارلين قبل سنوات عن الروائي الإنجليزي من القرن التاسع عشر ويليام ثاكري. ففي إحدى الأمسيات، عندما خرج ثاكري من مكتبه، سألته زوجته كيف سارت الكتابة اليوم؟ فأجاب: «يوم رهيب! لقد جعل بينديتيس (أحد شخصياته) من نفسه أضحوكة، ولم أستطع أن أمنعه».

وسرعان ما اعتدت سماع شخصياتي تتحدث إلى بعضها بعضًا. وجلست أسترق السمع طوال الوقت، حتى بعد الانتهاء من جلسة الكتابة، وأنا أتجول ممسكًا بذراع مارلين على الشواطئ الرملية التي لا نهاية لها. وبعد فترة وجيزة، خضت تجربة أخرى في الكتابة، أعدها من أفضل التجارب التي عشتها في حياتي. ففي مرحلة ما، بينما أنا منغمس في قصة معينة، لاحظت أن عقلي المتقلب يغازل قصة أخرى. قصة تتخذ شكلًا يتجاوز إدراكي المباشر. وقد اعتبرت هذا بمنزلة إشارة خارقة من نفسي إلى أن القصة التي أكتبها تقترب من نهايتها، وأن قصة جديدة تستعد للولادة.

والآن بعد أن أصبحت كل كلماتي موجودة فقط على هذا الحاسوب الغريب، دبَّ في قلبي قلق متزايد من عدم وجود نسخ ورقية من أعمالي، فأدوات مثل: دروب بوكس وتايم ماشين والذاكرة المحمولة لم تكن قد وُجدت بعد. ولسوء الحظ، لم تستمتع طابعتي المحمولة من نوع كوداك بالسفر، وبعد شهر واحد فقط في بالي استسلمت. وبسبب الفزع من احتمال اختفاء عملي للأبد في أعماق الحاسوب، طلبت المساعدة. واتضح

أن بالي كلها لا يوجد بها سوى طابعة واحدة في مدرسة الحواسيب في العاصمة دينباسار. وذات يوم أحضرت جهازي إلى المدرسة، وانتظرت حتى نهاية اليوم الدراسي، وتوسلت أو رشوت (لا أتذكر أيهما ولعلي فعلت الاثنين) المعلم ليطبع لي نسخة غالية من عملي حتى ذلك الحين.

جاءني الإلهام سريعًا في بالي. فدون البريد أو الهاتف أو أي تشتيت آخر، كنت أكتب أفضل وأسرع من أي وقت مضى. وفي الشهرين اللذين قضيتهما هناك كتبت أربع قصص من أصل 10. وفي كل قصة أنفقت وقتًا طويلًا في إخفاء هوية المرضى. فغيرت مظهرهم ووظائفهم وأعمارهم وجنسياتهم وحالتهم الاجتماعية، بل وحتى جنسهم في أحيان كثيرة. وأردت أن أتيقن تمامًا من أن أحدًا لا يمكنه التعرُّف عليهم، وبالطبع كنت أرسل لكل مريض القصة النهائية وأطلب منه إذنًا كتابيًا.

في وقت فراغنا، خرجت أنا ومارلين لاستكشاف الجزيرة. وقد أحببنا أهل بالي الكيسين وأعجبنا بفنهم ورقصهم ولعبهم بالدمى ونحتهم ورسمهم، كما دهشنا من المسيرات الدينية. كما أن المشي على الشاطئ ومشاهدة الحياة البحرية رائع هناك. في أحد الأيام، أخذنا سائقنا، مع دراجتين، إلى إحدى أعلى النقاط في بالي، وركبنا الدراجتين نزولًا لعدة أميال عبر القرى، مارين بأكشاك تبيع شرائح الجاك فروت والدوريان. ولدهشتي، حازت لعبة الشطرنج شعبية كبيرة في بالي، وفي كل مكان وجدت مباريات تُلعب. وفي كثير من الأحيان كنت أذهب مبكرًا إلى مطعم قريب للعب الشطرنج مع النادل.

كان اتفاقي مع مارلين هو قضاء النصف الثاني من عام التفرغ في أوروبا. فأنا أحب الجزر الاستوائية، ومارلين تحب فرنسا، وقد اعتدنا في زواجنا التوصُّل إلى حلول وسط. فقد تركت مارلين منصبها الإداري في جامعة ستانفورد (وإن ظلت أستاذة بارزة هناك حتى يومنا هذا)،

وتبقت لها بعض الواجبات المهنية التي أعادتها إلى بالو ألتو في منتصف طريقنا إلى أوروبا. أما أنا فتوقفت في هاواي للعكوف على الكتابة في أواهو، مقيمًا في شقة مضيفنا الياباني الجميلة، حيث كتبت قصتين أخريين. وأخيرًا، بعد خمسة أسابيع، قرعت مارلين الجرس، معلنة أن الوقت حان لاستئناف رحلتنا.

المحطة التالية كانت بيلاجيو في إيطاليا. قبل عام واحد، تقدمنا بطلب الإقامة في مركز مؤسسة روكفلر في بيلاجيو وقُبلنا، حيث عملت هي على مذكراتها النسائية عن الثورة الفرنسية، وعملت على كتاب حكايات العلاج النفسي.

لا شك أن الإقامة في بيلاجيو من أعظم الامتيازات التي ميزني بها العمل الأكاديمي. فمجمع روكفلر الذي يقع على مسيرة قصيرة من بحيرة كومو، يضم حدائق جميلة، وطاهيًا ماهرًا يصنع المعكرونة يدويًّا ويقدم أصنافًا مختلفة كل ليلة، وڤيلا مركزية جميلة تضم ثلاثين أستاذًا وتوفر مكتبًا منفصلًا لكل منهم. كما اجتمع الباحثون في أوقات الوجبات وخلال الندوات المسائية، حيث كان كلٌّ منا يعرض عمله. واعتدت أنا ومارلين الكتابة كل صباح، وفي فترة ما بعد الظهر نستقل العبَّارة إلى إحدى القرى الصغيرة الساحرة على بحيرة كومو. كذلك أمضيت وقتًا طويلًا مع الأستاذ ستانلي إلكينز، وهو روائي كوميدي رائع. أُصيب ستانلي بشلل الأطفال ويستخدم كرسيًّا متحركًا، ويظل يبحث كل ليلة عن الحبكات والشخصيات من خلال الاستماع إلى البرامج الإذاعية الحوارية.

بعد بيلاجيو قضينا الأشهر الأربعة المتبقية من إجازتنا في باريس، حيث استأجرنا شقة في شارع بورت رويال. وهناك عقدت مارلين جلسات كتابتها في المنزل أما أنا فجلست للكتابة في مقهى مفتوح

بالقرب من البانثيون، حيث أنهيت آخر أربع قصص. ومرة أخرى، أخذت دروس اللغة الفرنسية اليومية وللأسف -كالعادة- دون جدوى. وفي المساء اعتدنا التجول معًا في المدينة وتناول العشاء مع أصدقائها الباريسيين.

لقد وافقت طبعي فكرة الكتابة في مقهى مفتوح، وأنتجت بها بكفاءة غير عادية. وعندما عدت إلى المنزل لاحقًا، عثرت على مقهى مفتوح في سان فرانسيسكو بنورث بيتش (مقهى مالڤينو) يوفر أجواء كتابة جيدة، وهناك استأنفت الكتابة. وبما أنني أقصد بهذه المجموعة القصصية تعليم المعالجين الشباب، شرعت في كتابة بضع فقرات في نهاية كل قصة تتناول النقاط النظرية الموضحة داخل القصة. وجدت هذه الفكرة صعبة التنفيذ، فاستبدلت بها قضاء عدة أسابيع في كتابة خاتمة تعليمية من 60 صفحة أضعها في نهاية الكتاب. ثم أرسلت المسودة بالبريد إلى ناشري وأنا أشعر برضا كبير.

وبعد أسبوعين أو ثلاثة أسابيع، اتصلت بي فيبي هوس، محررة دار بيزك بوكس المكلفة بالكتاب. كانت فيبي محررة من الجحيم (ولكنها من الجنة أيضًا) وكُتب علينا أن نخوض معركة ملحمية. وكما أتذكر، لم تقم فيبي إلا بتحرير طفيف للقصص باستثناء موضع إدراج عبارة «سيل من اللحم» في قصة السيدة البدينة. ظلت هذه العبارة عالقة في ذهني لأنها العبارة الوحيدة التي لا مبرر لها مما أضافه أي محرر على الإطلاق (رغم أنني تمنيت المزيد منها في كثير من الأحيان). ولكن بعد ذلك، عندما قرأت فيبي خاتمتي الطويلة، جن جنونها وأصرت على أن أتخلص منها تمامًا. إذ كانت متأكدة تمامًا من عدم الحاجة إلى تفسير نظري وأن القصص ستتحدث عن نفسها. خضت أنا وفيبي حربًا كبرى، وتقاتلنا لشهور. فقد قدمت نسخة تلو الأخرى من خاتمة الكتاب، وأُعيد لي كل

ما كتبت مختصرًا بقسوة، إلى أن مضت عدة أشهر وقلصت صفحاتي الستين إلى 10 صفحات وأصرت على نقلها إلى مقدمة الكتاب. عندما أعيد قراءة الكتاب اليوم، بدءًا من المقدمة الموجزة، أشعر بالأسى من تذكر مقاومتي الشرسة؛ كانت المحررة المباركة فيبي التي لن أقابل مثلها مرة أخرى أبدًا على حق تمامًا.

حين نُشر الكتاب، سافرت أنا ومارلين إلى نيويورك لحضور حفل لإطلاقه أقامه الناشر، ومثل هذه الفعاليات أصبحت الآن نادرة إلا أنها كانت شائعة في تلك الحقبة. حُدد موعد الحفل في مساء يوم اثنين، لكن مراجعة سلبية في إصدار يوم الأحد من صحيفة نيويورك تايمز أحبطت الجميع. فبنية الكتاب لم يكن لها مثيل سابق إلا النادر القليل، ويشبهها بعض الحالات التي أرخ لها فرويد وكتاب «The Fifty-Minute Hour» لروبيرت ليندنر الذي يتحدث فيه عن المرضى الذين يخضعون للعلاج بالتنويم المغناطيسي. وقد عبرت المراجعة -وهي محللة نفسية للأطفال- من خلال الصحيفة عن شعورها بالإهانة من بنية العمل، وأنهت مراجعتها اللاذعة بقولها إنها تفضل قراءة تاريخ الحالات في دورية مهنية.

لكن بعد بضع دقائق من منتصف ليلة الأحد، استيقظت على مكالمة هاتفية من ناشري المبتهج يقول إن إصدار يوم الأربعاء من صحيفة نيويورك تايمز سينشر مراجعة تطري الكتاب بقلم الكاتبة والمراجعة المشهورة إيڤا هوفمان. وحتى يومنا هذا أنا ممتن لإيڤا هوفمان، التي سعدت بلقائها في السنوات التالية. أقمت بعدها جلسات قراءة للكتاب في نيويورك ودخلت مكتبات عديدة في عشرات المدن. وأصبحت مثل تلك الجولات المحلية الآن إلى حد كبير شيئًا من الماضي، وكذلك وظيفة مرشد جولات الكتب، الذي امتهن استقبال المؤلف في المطار وإيصاله

إلى الأماكن التي سيلقي فيها كلماته. ولم أقم حدثًا في مكتبة إلا ووجدت أوليڤر ساكس قد سبقني إليها، داعيًا إلى كتابه المنشور حديثًا «الرجل الذي حسب زوجته قبعة». تقاطعت سبلنا كثيرًا حتى شعرت أنني أعرفه، لكن لسوء الحظ لم ألتقِه قطُّ. وقد أُعجبت بعمله جدًّا، وبعد قراءة كتابه الأخير المؤثر «On the Move»، كتبت إليه خطاب إعجاب قبل أن يتوفى بفترة وجيزة.

خلال بضعة أسابيع من النشر، دهشت بشدة إذ وجدت رواية «Love's Executioner» طريقها إلى قائمة نيويورك تايمز للكتب الأكثر مبيعًا، وبقيت فيها لعدة أسابيع. وسرعان ما غمرتني طلبات المقابلات وإلقاء الكلمات، وأتذكر أنني اشتكيت من التعب والإجهاد وأنا أتناول الغداء مع فيليب لوبات، وهو كاتب مقالات بارع كان ممن درسوني في ورشة كتابة في كلية بينينجتون. وقدم لي نصيحته: «استرخ واستمتع بالاهتمام، الكتب التي تدخل قائمة الأكثر مبيعًا نادرة، ومن يدري، لعلك لا تحقق ذلك بكتاب آخر». وكم كان محقًّا في ذلك.

بعد 23 عامًا، قرر الناشر إعادة إصدار كتاب «Love's Executioner» بغلاف مختلف، وطلب مني كتابة خاتمة جديدة. فأعدت قراءة الكتاب -للمرة الأولى منذ سنوات عديدة- وراودتني انفعالات قوية: الفخر المقترن بالحزن على تقدمي في السن، وحسد نفسي الأصغر سنًّا. لم أستطع أن أمنع نفسي من الشعور بأن ذلك الرجل يكتب أفضل مني بكثير. وسرتني عودتي لزيارة كل مرضاي القدامى الأعزاء، وكثير منهم لم يعد على قيد الحياة. وإن كان بينهم استثناء واحد: قصة «السيدة البدينة». أتذكر أنني كتبت تلك القصة في مقهى في باريس، وأمضيت ساعات في بناء الفقرة الافتتاحية، التي قدمت مفهوم التحويل المضاد، أي: ردود الفعل العاطفية الصادرة عفوًا من المعالج تجاه مريضه.

في اليوم الذي دخلت بيتي إلى مكتبي، رأيتها فورًا تقود جثة ضخمة من 200 باوند و5.2 قدم نحو كرسي مكتبي العصري المزخرف، وعلمت أن القدر اختزن لي تجربة عظيمة مع ظاهرة التحويل المضاد.

واعتنت القصة بتقديم حكاية تعليمية للمعالجين بطلها أنا أكثر من المريضة ذاتها. إنها قصة عما يراود المعالج من مشاعر غير منطقية وأحيانًا بغيضة تجاه مريضه، التي قد تمثل عائقًا هائلًا أمام العلاج. فربما يشعر المعالج بانجذاب شديد جدًّا تجاه المريض أو بانفعال سلبي جدًّا يتدفق من مصادر غير واعية، ربما تتمثل في مقابلات مع شخصيات سلبية في ماضي المعالج. ورغم أنني لم أدرك جميع أسباب مشاعري السلبية تجاه النساء المصابات بالسمنة، شعرت بالتأكيد أن علاقتي مع أمي ساهمت بشيء في ذلك، وعلمت أنني سأواجه صعوبة شديدة في التغلب على مشاعري الجامحة وفهم المريضة على نحو إيجابي وإنساني. هذه هي القصة التي أردت أن أرويها، ولأفعل عمدت إلى المبالغة في وصف حالتي من التحويل المضاد. ومن ثم أصبح الصراع بين انفعالي السلبي تجاه بيتي ورغبتي في مساعدتها هو مركز الدراما في القصة.

لقد أثارت حادثة معينة على وجه الخصوص تعاطفي الشديد. رتبت بيتي موعدًا غراميًّا من خلال الإعلانات الشخصية التي تُنشر في إحدى الصحف المحلية (وهي ممارسة شائعة في الأيام التي سبقت ظهور موقع Match.com)، ووضعت وردة في شعرها حتى يتعرف الطرف الآخر عليها. لم يظهر الرجل قطُّ. وليست هذه المرة الأولى التي تمر

فيها بيتي بتجربة مماثلة، وقد افترضت أنه ألقى عليها نظرة عن بعد ثم اختفى. تأثر قلبي من أجلها واضطررت إلى حبس دموعي وهي تصف نفسها وهي تكافح للحفاظ على رباطة جأشها وتتناول مشروبها منفردة وسط حانة مزدحمة.

أشعر بالفخر من طريقة تعبيري عن حل العقدة في الكلمات الأخيرة من القصة، حين طلبت معانقتي عناق الوداع: «حين تعانقنا، تفاجأت أنني استطعت لف ذراعي حولها».

اخترت أن أكتب القصة بالإفصاح القاسي عن أفكاري المخزية تجاه السمنة. لا، بل بالغت أكثر. ففي سبيل القوة الأدبية، عمدت إلى المبالغة في تصوير اشمئزازي وصياغة القصة وكأنها صراع بين دوري كمعالج وهجوم الأفكار الخلفية المزعجة في ذهني.

شعرت ببعض الخوف عندما سلمت القصة لبيتي لتقرأها وطلب الإذن منها. وسبقت ذلك بالطبع بتغيير كل التفاصيل التي تحدد هويتها، وسألتها عما إذا كانت تود إجراء أي تغييرات أخرى. أخبرتها أنني بالغت في مشاعري لزيادة الفاعلية في عملية التدريس. قالت بيتي إنها متفهمة وأعطتني إذنًا كتابيًّا بنشر القصة.

جاءت ردود الأفعال على هذه القصة بالذات قوية ومدوية. فقد أثارت قصة «السيدة البدينة» طوفانًا من التعليقات السلبية من النساء اللاتي شعرن بالأذى والغضب. ولكنها جلبت أيضًا تدفقًا أعظم من الرسائل الإيجابية قادمة من معالجين شباب شعروا بالارتياح وهم يحاولون التغلب على مشاعرهم السلبية تجاه بعض مرضاهم. وقالوا إن صراحتي سهَّلت عليهم التعايش مع أنفسهم وهم يضمرون مشاعر سلبية، كما مكنتهم من التحدث بصراحة عن مثل هذه المشاعر مع مشرفيهم وزملائهم.

عندما أجرت تيري جروس مقابلة معي في برنامج «Fresh Air»، وهو برنامج إذاعي شهير على قناة PBS، وجهت إليَّ أسئلة -أو بالأحرى «سلختني نقدًا»- حول هذه القصة. وفي النهاية، دفاعًا عن النفس، صحت: «ألم تقرئي نهاية القصة؟ ألم تفهمي أن القصة في الحقيقة عن رحلتي في العلاج مع شخص كنت أحمل تجاهه أحكامًا سلبية وأنني بحلول النهاية تغيرت ونضجت كمعالج؟ أنا الشخصية الرئيسة في هذه القصة، وليس المريض». بعد هذا لم تدعني إلى برنامجها مرة أخرى.

ورغم أنها ربما لم تتمكن من إخباري، أتخيل أن القصة سببت ألمًا شديدًا لبيتي. لقد تعاميت عن هذه الحقيقة، وغلبني طموحي وتهوري وانشغالي الشديد بإطلاق اندفاعاتي الكتابية. وما زلت أشعر بالندم على ذلك حتى يومنا هذا. ولو كتبت هذه القصة في الحاضر، لحاولت تحويل السمنة إلى حالة مختلفة تمام الاختلاف، ولحاولت إضافة المزيد من الخيال على أحداث العلاج.

أنهيت كتابة خاتمة للطبعة الجديدة من رواية «Love's Executioner» بملاحظة كانت لتفاجئ ذاتي الشابة: المشهد في عمر الثمانين أفضل مما توقعت. نعم، لا أنكر أن حياتي في السنوات الأخيرة ما هي إلا سلسلة من الخسائر، لكن مع هذا، وجدت سكينة وسعادة أكبر بكثير مما تخيلت في عقدي السابع والثامن والتاسع. وهناك ميزة أخرى: قد يتبين أن قراءة أعمالك مثيرة للغاية؛ للنسيان مزايا غير متوقعة. وأنا أقلب صفحات «Three Unopened Letters»، و«The Wrong One Died» والقصة التي سمي الكتاب على اسمها «Love's Executioner»، شعرت بالفضول المشتعل في صدري، فقد نسيت نهايتها.

الفصل التاسع والعشرون

عندما بكى نيتشه

في عام 1988، عدت للتدريس والعمل السريري وتعاونت مع صوفيا ڤينوجرادوڤ -التي سبق وقضت فترة إقامتها في قسم الطب النفسي بستانفورد- على كتابة «A Concise Guide to Group Psychotherapy»[1] لصالح American Psychiatric Press. وبعد فترة وجيزة، راودني شعور بالقلق أعرفه؛ أفتقد العمل على مشروع أدبي وأشعر بالضياع. لم تمر فترة طويلة حتى وجدت نفسي أنجذب مرة أخرى إلى بعض أعمال نيتشه. لطالما أحببت قراءة أعمال نيتشه وشعرت بعد القليل من القراءة أنني مسحور بلغته القوية حتى إنني عجزت عن إخراج ذاك الفيلسوف الغريب الذي عاش في القرن التاسع عشر من ذهني. فالرجل شديد الذكاء، وإن كان يعاني عزلةً ويأسًا شديدين، ويحتاج إلى الكثير والكثير من المساعدة. بعد قضاء عدة أشهر منغمسًا في أعماله الأولى، أدركت فجأة أن عقلي اللاواعي اختار بالفعل مشروعي التالي.

---

(1) دليل موجز للعلاج النفسي الجماعي - المترجم.

أشعر الآن أنني منقسم بين رغبتين: متابعة حياتي البحثية والتعليمية في ستانفورد، أو الغوص ومحاولة كتابة رواية. أتذكر القليل عن هذا الصراع الداخلي، وأعلم فحسب الحل الذي جمع الشقين معًا في النهاية: سأكتب رواية تعليمية وأحاول نقل تلاميذي في المجال إلى الماضي في ڤيينا أواخر القرن التاسع عشر، حيث يمكننا مراقبة مولد العلاج النفسي.

لماذا نيتشه بالذات؟ رغم أنه عاش في الفترة التي أنتج فيها فرويد العلاج النفسي، لم يعتبره أحد قطٌّ ذا صلة بالطب النفسي. مع ذلك فكثير من تصريحات نيتشه المنتشرة في أعماله قبل فجر العلاج النفسي، وثيقة الصلة بتعليم المعالجين. إليك مثال:

«ساعد نفسك أيها الطبيب، ومن ثم ستساعد مرضاك كذلك. لتكن هذه أفضل مساعدة يشهدها -المريض- بعينيه: الرجل الذي يعالج نفسه».

«لا بد أن تشيد ما يفوق منزلتك، لكن لا بد أن تكون أنت ذاتك تام البناء، مستقيم البنيان جسدًا وروحًا. ليس نمو تكاثر فقط هو المطلوب منك، بل ارتقاء».

«وهذا أنا حقًّا بكل جزء من كياني: أترنَّح وأسمو، وأربي. أنا متسامٍ، وحارث، ومعلم. شخص نصح نفسه مُفلحًا: حققي ذاتك».

«مَن يملك «سببًا» لحياته، يمكنه التكيف مع أي طريق».

«كثيرًا ما نحب الرغبة أكثر من المرغوب ذاته».

«بعضنا لا يمكنه التحرر من قيود نفسه ومع ذلك يستطيع إنقاذ أصدقائه».

تخيلت تاريخًا بديلًا من وحي الخيال يلعب فيه نيتشه دورًا بارزًا في تطوير العلاج النفسي. تخيلته يتفاعل مع شخصيات معروفة مرتبطة بنشأة العلاج النفسي: سيجموند فرويد، وجوزيف بروير (أستاذ فرويد)، وآنا أوه مريضة بروير المشهورة (أول شخص يُعالج باستخدام طريقة التحليل النفسي). ليت شعري، ما مدى التغيير الذي كان سيطرأ على مجال العلاج النفسي لو أن نيتشه الفيلسوف لعب دورًا رئيسًا في مولد مجالنا.

في أثناء اختمار الفكرة في ذهني، قرأت مصادفة رواية أندريه جيد «Lafcadio's Adventures» امتلأت عيناي بالدموع أمام عبارته: «التاريخ هو خيال وقع، أما الخيال فهو تاريخ كان يمكن أن يقع». هزتني هذه الكلمات: فهي تصف تمامًا ما أريد فعله، أن أكتب خيالًا كان يمكن أن يقع. أردت أن أكتب نشأة العلاج النفسي التي كانت محتملة لو أن التاريخ دار قليلًا حول محوره. أردت أن يكون لأحداث روايتي وجود محتمل.

حين بدأت الكتابة، أمكنني الشعور بشخصياتي تتحرك وكأنها تكافح لتحيا مرة أخرى. لقد احتاجوا إلى انتباهي الكامل، إلا أن واجباتي في ستانفورد كانت مرهقة. فقد درست لطلبة الطب والأطباء المقيمين وحضرت اجتماعات القسم والتقيت المرضى في العلاج الفردي والجماعي. ولأكتب هذه الرواية، علمت أنني أحتاج إلى التحرر

من كل الملهيات، لذا رتبت في عام 1990 إجازة تفرغ لمدة أربعة أشهر. وكالعادة، خططت مارلين نصفها وخططت أنا النصف الآخر. اخترت أهدأ وأبعد سلسلة جزر على وجه الأرض: جزر سيشل، واختارت هي كالعادة باريس.

قضينا شهرنا الأول في ماهي، الجزيرة الرئيسة في سيشل، والشهر الثاني في جزيرة أصغر تُدعى براسلين. وكلتا الجزيرتين بكر، تحفها من كل جهة شواطئ خلابة، وتميزتا بهدوء يكاد يكون مخيفًا: لا صحف، ولا إنترنت، ولا هواتف، وكانتا أنسب موقع للكتابة رأيته في حياتي. قضينا النصف الأول من كل يوم في الكتابة، أنا أكتب روايتي ومارلين تكتب «أخوات الدم»، الإصدار الإنجليزي الموسع لكتابها باللغة الفرنسية عن النساء اللاتي شهدن الثورة الفرنسية. وبعد الظهيرة، نخرج لاستكشاف الجزيرة، والمشي على الشواطئ، ومشاهدة الحياة البحرية، كل هذا وجميع شخصياتي تعود إلى الحياة ببطء في ذهني. في المساء نجلس للقراءة ولعب سكرابل، ونتناول العشاء في مطعم قريب وأنا أفكر كيف أطوِّر الحبكة في يوم الكتابة التالي.

بدأت بحذر وبتحرٍّ للحقائق التاريخية ما أمكن. وأول قرار اتخذته هو تحديد الفترة الزمنية. أردت أن يقابل نيتشه السقيم العلاج النفسي، وأشارت عدة اعتبارات إلى عام 1882، العام الذي فكر فيه في الانتحار واحتاج إلى مساعدة عاجلة. تصف رسائله في تلك الفترة معاناة شديدة على مدى أكثر من 300 يوم من العام، بما يتضمن نوبات صداع عنيف، وهزالًا، ومشكلات كثيرة في الرؤية، واضطرابات في المعدة. نتيجة لضعف صحته، استقال من منصبه التعليمي في عام 1879 من جامعة بازل وظل بلا جذور لبقية حياته، متنقلًا من دار ضيافة إلى أخرى في جميع أنحاء أوروبا بحثًا عن ظروف مناخية قد تخفف آلامه.

تكشف مراسلاته اكتئابًا عنيفًا. فمثلًا يقول في رسالة نموذجية إلى صديقه المقرب فرانز أوفرباخ: «... في أعماقي كآبة سوداء لا تتزحزح... لا أرى بعد الآن فائدة في العيش ولو لنصف سنة أخرى، كل شيء ممتلئ ومؤلم ومقزز. أمر وأعاني أشياء كثيرة جدًّا... لن أفعل شيئًا صالحًا بعد الآن، لذا فلماذا عساي أن أفعل أي شيء من الأساس!».

وقد وقع حدث كارثي لنيتشه في عام 1882: انتهت علاقته العاطفية (التي لم تكتمل أصلًا) مع لو سالومي، وهي امرأة روسية شابة جميلة أُغرم بها رجال عظماء آخرون من بينهم: فرويد، وراينر ماريا ريلكه. أُعجب نيتشه وصديقه بول ري بلو سالومي، وخطط الثلاثة للعيش معًا في باريس. ولكن الخطة انفجرت في عام 1882، عندما بدأت علاقة جنسية بين بول ولو. انكسرت نفس نيتشه وسقط في يأس عظيم. وهكذا بدأ كل شيء يشير إلى عام 1882 فيما يتعلق بكتابي؛ ذلك العام هو الحضيض في حياة نيتشه، الوقت الذي كان فيه في أمسّ الحاجة إلى المساعدة. وكان أيضًا عامًا موثقًا بشكل كبير لجميع شخصياتي الرئيسة: نيتشه، وبروير، وفرويد (كطالب في كلية الطب)، ولو سالومي.

كقارئ عشت في الروايات طيلة حياتي، أما في الكتابة فأنا هاوٍ. فكرت في كيفية إدراج حبكة الرواية المتخيلة في عام 1882 دون المساس بالأحداث التاريخية. ولم يخطر ببالي سوى حل واحد: أن أضع أحداث الرواية بأكملها في الشهر الثالث عشر المتخيل من ذلك العام. ولعلي تمسكت بالحذر، فقد تجرأت على القفز إلى عالم الخيال، لكن ظللت حريصًا على اللعب في مساحة آمنة عن طريق إبقاء إحدى قدميَّ في الواقع، واستخدام الشخصيات والأحداث التاريخية بدلًا من اختراع شخصيات وأحداث خيالية، حتى إنني أخذت بعض حوارات نيتشه

من رسائله. وشعرت وكأنني أتعلم ركوب دراجة باستخدام سنادات التدريب.

في النهاية، تخيلت تجربة فكرية كانت بمنزلة حجر الأساس للكتابة التي ستتبعها: تخيل ما سيحدث لو وجد فريدريك نيتشه نفسه في لحظة تاريخية تتيح له اختراع العلاج النفسي، مستمدًا من كتاباته المنشورة، وهو ما كان يمكن أن يستخدمه لعلاج نفسه.

يا للخسارة: فكرت كثيرًا أنه لم يكن مستحيلًا وضع القصة بعد 10 سنوات من ذلك التاريخ، وتخيل لقاء علاجي بين عبقريين عظيمين: نيتشه الفيلسوف، وفرويد المحلل النفسي. ولكن التاريخ لم يطاوعني. ففي عام 1882 كان فرويد لا يزال طالبًا يانعًا في كلية الطب، ولم يصبح طبيبًا مشهورًا إلا بعد عقد آخر من الزمان. وفي ذلك الوقت كان نيتشه قد أصيب بمرض دماغي كارثي (على الأرجح مرض الزهري الثالثي) أدى إلى إصابته بالخرف الشديد بقية حياته.

من غير فرويد يمكن لنيتشه استشارته لتلقي المساعدة في عام 1882؟ لم يثمر بحثي التاريخي عن أي اسم لمعالج ممارس في ڤيينا أو أي مكان آخر في العالم، فمجال العلاج النفسي لم يكن قد وُجد بعد. كما ذكرت سابقًا، كثيرًا ما نعتبر فرويد أبا التحليل النفسي، لكنه يفوق ذلك بكثير، لأنه أبو العلاج النفسي بأسره.

في النهاية، قررت أن يستشير نيتشه د. جوزيف بروير، أستاذ فرويد ومرشده. كان بروير طبيبًا متميزًا، وكثيرًا ما دُعي لمعالجة شخصيات مرموقة، بما فيها: شخص من العائلة المالكة يعاني أمراضًا غامضة طبيًّا. علاوة على ذلك، في عام 1889، طوَّر بروير علاجًا نفسيًّا فريدًا، وهو باكورة التحليل النفسي، من أجل مساعدة مريضة تُعرف بآنا أوه عانت الهيستريا. لم يخبر بروير أحدًا بعلاجه المبتكر لآنا أوه إلا تلميذه

في كلية الطب سيجموند فرويد، وهو صديق للعائلة كذلك، وربما بعض الطلبة الآخرين، ولم ينشر حكاية آنا إلا بعد مرور 12 عامًا في كتاب دراسات حول الهستريا الذي شارك في تأليفه فرويد.

ولكن كيف يمكن الربط بين بروير ونيتشه؟ صادفت حقيقة تاريخية مناسبة: في عام 1882، كان شقيق لو سالومي طالبًا في السنة الأولى بكلية الطب التي يدرس فيها بروير. وتخيلت السيناريو التالي: يصيب الندم لو سالومي على الألم النفسي الذي ألحقته بنيتشه، وتتحدث عن محنتها إلى أخيها، الذي حضر محاضرة ناقش فيها أستاذه بروير معالجته لآنا أوه، فيحث أخته على استشارة بروير. وما كان روائيًّا خبيرًا ليجد صعوبة في نسج كل هذه الأحداث على هيئة قصص خيالية، ولكنني ظللت لصيقًا بشعاري: «الخيال هو تاريخ كان يمكن أن يقع».

في النهاية، أصبح الجزء الأول من الحبكة ملائمًا. فمن خلال لو سالومي، يأتي نيتشه إلى بروير للحصول على المساعدة بخصوص صحته المعتلة. يحاول بروير العثور على طريقة لمعالجة اضطرابات نيتشه النفسية، إلا أن كبرياء نيتشه مبالغ فيه ويرفض الرضوخ لسلطة أخرى. يحاول بروير استخدام كل التكتيكات التي يعرفها، لكن دون فائدة، ويصل العلاج إلى طريق مسدود. في تلك المرحلة، في محاولتي للوفاء لشخصية كل من نيتشه وبروير، حصرت نفسي في زاوية، وأمضيت يومين أعاني لأجد طريقة أستكمل بها القصة. أعلم أن الكثير من الكتاب يضعون إطارًا مفصلًا أولًا، أما أنا فأسلم العمل إلى لا وعيي وأترك الشخصيات والأحداث تتطور من تلقاء نفسها على مسرح عقلي، وتنحصر مهمتي في التسجيل والتنقيح. هذه المرة، وقع التطور في مأزق.

سمعت أنا ومارلين بجزيرة سيلويت الجميلة التي نادرًا ما يزورها السائحون وتقع بالقرب من جزيرة ماهي، فاستقللنا عبارة لقضاء عطلة نهاية الأسبوع هناك. وبعد وصولنا بفترة وجيزة، هبت عاصفة استوائية مصحوبة برياح شديدة وأمطار غزيرة، لذا لم يكن أمامي خيار سوى البقاء في المنزل والكتابة. وهناك أُلهِمت حلًّا لمشكلة نيتشه-بروير.

تحمست بشدة للحل لدرجة أنني ركضت تحت المطر ووسط الوحل للعثور على مارلين. وأخيرًا وجدتها في صالة الفندق الصغيرة، وفي وسط الصالة قرأت جهرًا أسطر قليلة من الفصل، الذي يسير فيه بروير إلى منزله بعدما صد نيتشه مجددًا محاولاته لشفائه.

استمع إلى الرياح، إلى خطواته، إلى تهشم قشرة الجليد الخشنة تحت نعله. وفجأة وجد طريقة. وجد الطريقة الوحيدة. طوال طريقه إلى المنزل طحن الجليد بكل خطوة وهو يهتف لنفسه: «أعرف طريقة! أعرف طريقة!».

وجاء فضول مارلين لمعرفة ما سيحدث بعد ذلك علامة ممتازة، فواصلت قراءة الحل. كانت الفكرة الإبداعية التي طرحها بروير هي علاج مريضه شديد المقاومة بقلب الأدوار، لذا طلب من نيتشه أن يصبح معالجه. وهذا الانعكاس هو الفكرة الأساسية التي تدور حولها كل الأحداث اللاحقة.

وبعد سنوات، وأنا أكتب مقالًا عن الرواية لمجموعة باسم «قارئ يالوم»، تساءلت عن مصدر تلك الفكرة الأساسية. لعلها فكرة مستمدة

من رواية هيرمان هيسه «لعبة الكريات الزجاجية[1]»، التي تتضمن قصة عن معالجين، أحدهما شاب والآخر عجوز، يعيشان على طرفَي قارة. يصاب المعالج الشاب بالمرض، ويغرق في اليأس، وينطلق في رحلة طويلة لطلب المساعدة من منافسه ديون.

خلال رحلته، وخلال أمسية في إحدى الواحات، وجد الشاب نفسه في محادثة مع مسافر آخر، رجل أكبر سنًّا، اتضح أنه ديون نفسه، الرجل الذي يبحث عنه! دعا ديون الشاب إلى منزله، حيث عاشا وعملا معًا لسنوات عديدة، وجمعتهما أولًا علاقة طالب بمعلم، ثم علاقة زمالة. وبعد سنوات، عندما مرض ديون، دعا زميله الأصغر إليه وقال له: «لدي سر عظيم أخبرك به. هل تتذكر ليلة التقينا وأخبرتني أنك كنت في طريقك لرؤيتي؟».

- نعم. نعم. لن أنسى أبدًا تلك الليلة وأول لقاء لي معك.

قال ديون: «في الحقيقة، أنا أيضًا كنت واقعًا في اليأس حينها، وكنت في طريقي إليك».

ويظهر قلب مماثل للأدوار في مسرحية «Emergency»، وهي جزء مغمور من مسرحية للطبيب النفسي هيلموت كايزر نُشر في مجلة نفسية في عام 1962. وفيه تزور امرأة معالجًا وتتوسل إليه أن يساعد زوجها، وهو أيضًا معالج يعاني الاكتئاب الشديد لدرجة أنه قد يقتل نفسه.

يوافق المعالج. «نعم بالطبع سأراه. اطلبي منه أن يتصل لتحديد موعد».

---

(1) وردت في النص الأصلي Magister Ludi، العنوان الذي نشرت به فيما بعد بالإنجليزية وهو اللقب اللاتيني للشخصية الرئيسية في العمل.

تجيب المرأة: «هذه هي المشكلة. زوجي ينكر أنه مكتئب ويرفض تلقي العلاج النفسي».

يقول المعالج: «إذًا أنا آسف، لا أرى طريقة أستطيع مساعدته بها».

تجيب المرأة: «يمكن أن تقابله مدَّعيًا أنك مريض وبعدها تجد طريقة لمساعدته».

للأسف لن نعرف هل نجحت الاستراتيجية أم لا، لأن بقية المسرحية لم تُكتب قطُّ.

أدركت لاحقًا أنني شهدت شيئًا شبيهًا في حياتي الشخصية. فذات مرة رأيت دون جاكسون -الطبيب النفسي المبدع- يجري مقابلة مع مريض بالفصام الوهمي المزمن يرتدي بنطالًا بنفسجيًّا ورداءً واسعًا زهري اللون. وقد قضى المريض أيامه في الجناح مشرفًا بكبرياء من كرسي طويل، وينظر بصمت إلى الطاقم والمرضى وكأنهم متسولون أمامه. لاحظ د. جاكسون سلوك المريض الملكي لعدة دقائق، ثم وقع على ركبتيه وأحنى رأسه إلى الأرض، وبذراعين ممدودتين قدم للرجل مفاتيح الجناح قائلًا: «صاحب السعادة، إنه أنت لا أنا الذي يستحق حمل هذه».

نظر المريض حائرًا إلى المفاتيح وإلى الطبيب الراكع ونطق أول كلمات تخرج من فمه منذ أيام طويلة: «أحدنا هنا مجنون جدًّا يا صديقي».

مع قرب انتهاء إقامتنا في الجزء المخصص لسيشل، بدأت أعاني تدهورًا في الرؤية ترافقه حساسية مؤلمة جدًّا لضوء الشمس. أعطاني طبيب محلي مرهمًا لتخفيف الألم، لكن حساسية عيني للضوء استمرت، وبعد فترة وجيزة اضطررت إلى الجلوس في الظلام حتى الظهر، وبعدها يصبح الضوء محتملًا. والغرفة الوحيدة التي ليس لها نوافذ هي الحمام، ولذا كل صباح حتى الظهر جلست أكتب في الحمام، باستخدام ضوء شاشة الحاسوب وحده. وكانت هذه أول أعراض حثل فوكس، وهو مرض

يصيب قرنية العين سبب لي تعبًا ومشكلات في الرؤية لعقود. في هذا المرض، يحدث تدهور لعدد من الخلايا الظهارية في القرنية التي تتولى معالجة السائل المتراكم خلال الليل والعين مغمضة. تصبح القرنية أثخن وتتورم، مما يضر بالرؤية. حين تنفتح العين في الصباح، يتبخر السائل الموجود في القرنية ببطء، وتتحسن الرؤية بالتدريج على مدى اليوم.

انسابت الرواية بشكل جيد لدرجة أنني وددت أن أطيل إقامتي في سيشل وترك مارلين تذهب إلى باريس، لكن حاجتي ماسة إلى استشارة طبيب عيون. وفي باريس، علمت أن الحل الوحيد لحالتي هو استبدال القرنية، واخترت تأخير العملية إلى حين عودتي إلى ستانفورد.

استأجرنا شقة بالقرب من لوكسمبورج جاردنز تحتوي على ستائر ممتازة مكنتني من الكتابة في الظلام على مدى الشهرين التاليين حتى انتهيت من كتابي. أرسلت المسودة إلى وكيلي نوكس برجر بالبريد، وهو وكيلي نفسه لكتاب «Love's Executioner». رفضها على الفور وقال: «يستحيل أن أبيع هذه الرواية؛ لا شيء يحدث فيها». ثم اقترح أن أتعلم كيف أكتب حبكة عن طريق قراءة مسودة رواية جديدة لمارتين كروز سميث -أحد كتابه الآخرين- تُدعى «Red Square». وبحثًا عن وكيل آخر، أرسلت المسودة إلى أوين لاستر في وكالة وليام موريس ليتراري، فقبلها مباشرة وباعها لبيزك بوكس، دار نشر الكتب غير الروائية التي لم تنشر سوى رواية واحدة في تاريخها (The Doctor of Desire للكاتب ألين ويليز).

عند نشرها، وصفت مراجعة سلبية قصيرة في نيويورك تايمز رواية «عندما بكى نيتشه» بأنها «رواية صغيرة تبعث على النوم». كانت هذه لحظة الحضيض، بعدها جاءت سلسلة من المراجعات شديدة الإيجابية في صحف ومجلات أخرى، وبعد بضعة أشهر كُرمت الرواية بالميدالية الذهبية لأفضل عمل خيالي في ذلك العام من نادي الكومنويلث في

كاليفورنيا. وفي المرتبة الثانية، حلَّت رواية «Red Square» لمارتين كروز سميث. لم تتردد مارلين في إرسال تنويه بهذه الجائزة إلى كل من مراجع صحيفة نيويورك تايمز ووكيلي السابق نوكس برجر.

في الولايات المتحدة، حققت الرواية مبيعات جيدة ولكنها تضاءلت أمام شعبيتها في البلاد الأخرى. وفي النهاية تُرجمت إلى 27 لغة، ووجدت جمهورها الأكبر في ألمانيا، وأعلى نسبة قراءة بالنسبة إلى عدد السكان في اليونان. وفي عام 2009، اختاره عمدة ڤيينا كتاب العام. ففي كل عام يختار العمدة كتابًا، ويطبع منه 100 ألف نسخة، ويوزعها مجانًا على مواطني ڤيينا بوضع كومة من النسخ في الصيدليات والمخابز والمدارس ومعرض الكتاب السنوي.



الكاتب بجوار برج من النسخ المجانية لرواية «عندما بكى نيتشه» في ڤيينا عام 2009.



المؤلف مع زوجته مارلين وصورة على العشاء في قاعة المدينة بڤيينا عام 2009.

سافرت مع مارلين إلى ڤيينا لعدة أيام لحضور عدة عروض عامة، أحدها أقيم في متحف فرويد. وفيما كانت يومًا غرفة معيشته، خضت نقاشًا مفتوحًا عن الرواية مع فيلسوف نمساوي.

وبلغ الأسبوع ذروته بحفل مسائي ضخم حضره عدة مئات من الناس في قاعة المدينة برئاسة عمدة المدينة. وبعدما ألقيت خطابي أمام الحضور، قُدم العشاء، وانتهت الأمسية برقصة الفالس الڤيينية المفعمة بالحيوية. ولأنني راقص سيئ، رقصت مارلين مع صديقنا العزيز هانز ستاينر، وهو طبيب نفسي من جامعة ستانفورد من مواليد ڤيينا جاء مع زوجته جوديث من أجل حضور هذه المناسبة. وكانت تجربة رائعة بالنسبة إلينا جميعًا.

بعد عامين من نشر الرواية، حين كنت في جولة لإلقاء محاضرات في ميونخ وبرلين، جاءني صانع أفلام ألماني بفكرة إنتاج فيلم تسجيلي مبني على زيارتي لعدة مدن في ألمانيا حيث عاش نيتشه. فزرنا مسقط رأس نيتشه معًا ومنزل طفولته في روكين والكنيسة التي ألقى فيها والده العظات. وإلى جانب الكنيسة، يقع قبر نيتشه، إلى جانب قبور

أخته ووالديه. وتقول الشائعات إن أخته نقلت جثمانه لتُدفن بين والديهما. في مدرسة نيتشه في بفورتا، أعلمني ناظر مدرسة عجوز أن نيتشه تفوق في الكلاسيكيات، لكنه لم يكن الأول على فصله. في منزل إليزابيث في فايمار، الذي تحول إلى متحف، رأيت وثيقة القبول الرسمية لدخول نيتشه إلى المستشفى في ڤيينا، قبل وفاته بفترة وجيزة، ورأيت التشخيص واضحًا: «الزهري الخزلي». وعلى جدار المتحف توجد صورة لهتلر وهو يقدم إلى إليزابيث باقة من الورد الأبيض. وبعد بضعة أيام، في أرشيف نيتشه في فايمار، سرني أن أحمل بين يدي مسودة مبكرة من كتاب «هكذا تكلم زرادشت»، مكتوبة بخط يد نيتشه.

بعد سنوات، أخرج المخرج السينمائي بينكاس بيري فيلمًا بعنوان «عندما بكى نيتشه». ورغم الميزانية المتواضعة، تميز بأداء رائع لشخصية نيتشه من الممثل أرماند أسانتي، المعروف جيدًا بين هواة السينما. وفي محادثة مع أسانتي، علمت أنه من بين 60 فيلمًا مثل فيهم، لا يفخر بعمل كما يفخر بأدائه دور نيتشه.

ومن أعظم المفاجآت في حياتي ما حدث بعد 11 عامًا من النشر، حينما تلقيت خطابًا من باحثة في أرشيف فايمار، التي التقيتها في رحلة سابقة إلى ألمانيا. وقد أعلمتني أنها اكتشفت آنفًا خطابًا تلقاه نيتشه في عام 1880 من صديق يحثه على استشارة د. جوزيف بروير حول مشكلاته الصحية. لكن أخت نيتشه أحبطت الخطة، والسبب الذي أبدته هو أن نيتشه استشار بالفعل عدة أطباء بارزين من قبل. وصف نيتشه أخته بـ «الإوزة المعادية للسامية»، ومن المحتمل أنها رفضت الخطة لأن بروير يهودي. يمكن الاستماع إلى هذا الخطاب وخطابين لمتابعة المسألة نفسها في النسخة الصوتية للرواية باللغة الإنجليزية. أكد لي هذا الدليل المدهش أنني حققت مقولة جايد: «الخيال هو تاريخ كان يمكن أن يقع».

الفصل الثلاثون

مستلقيا على الأريكة

بعدما عشت في الخيال مع «عندما بكى نيتشه»، سُحبت إلى الأرض مرة أخرى بسبب الكتاب الدراسي «العلاج الجمعي: النظرية والتطبيق»، الذي صاح طالبًا الانتباه. فبعدما أصبح عمره 10 سنوات، احتاج إلى تحديث وتجديد ليستطيع منافسة الكتب الدراسية الأخرى. وعلى مدى العام والنصف التالي شعرت أنني ثور في ساقية وأنا أمضي يومًا بعد يوم في مكتبة كلية الطب بستانفورد أراجع إنتاج القرن الماضي من أبحاث العلاج الجماعي، مضيفًا الأبحاث الجديدة ذات الصلة، و-بكثير من الألم- مزيلًا المواد القديمة.

في هذه الأثناء، تكثفت في خلفية ذهني رواية أخرى. خلال رحلاتي بالدراجة وخلال اللحظات الهادئة قبل النوم، قلبت الحبكات والشخصيات وبعدها بقليل بدأت أعمل على حكاية سأسميها «مستلقيًا على الأريكة». استمتعت بالمعنى المزدوج في ذلك: يتعامل كتابي مع الكثير من الكذب والكثير من العلاج النفسي على الأريكة[1].

(1) يقصد الكاتب التشابه في الإنجليزية ما بين كلمة كاذب وكلمة مستلقٍ في عنوان الرواية Lying on the Couch.

وبما أني أنهيت فترة التلمذة المهنية في مجال الكتابة الروائية، تخلصت تمامًا من سناداتي ولم أعد أعبأ بتوافق الشخصيات والأحداث مع فترة تاريخية دقيقة أو مكان معين. في هذا المشروع الجديد، سأغدق على نفسي متعة تكوين حبكة خيالية كاملة مأهولة بشخصيات مصطنعة، وما لم يكن العالم مجنونًا أكثر مما أتخيل، فسيكون خيالًا لا يمكن أن يقع. لكن تحت الأحداث السريالية للرواية الهزلية، أنوي استشكاف أسئلة جادة وضرورية. هل ينبغي كما يصر المحللون النفسيون الأوائل حجب نفوسنا الحقيقية وتقديم التفسيرات فقط والظهور كصفحات بيضاء؟ أم ينبغي أن نتعامل بانفتاح وصدق ونبوح بمشاعرنا وتجاربنا لمرضانا؟ وإذا كان الأمر كذلك، فما المزالق التي قد نقع فيها؟

لقد قرأت الكثير من المنشورات المتخصصة في الطب النفسي عن الأهمية الشاملة للعلاقة العلاجية. فقوة التغيير الجذري في العلاج النفسي ليست عبارة عن إضاءات فكرية، ولا تفسيرات، ولا البوح بما في النفس، وإنما لقاء عميق وصادق بين شخصين. وقد توصل التحليل النفسي الحديث أيضًا بالتدريج إلى نتيجة مفادها أن التفسير ليس كافيًا. وفي وقت كتابتي هذه الكلمات، كان من أكثر الورقات المقتبسة في التحليل النفسي ورقة بعنوان: «آليات العلاج بالتحليل النفسي دون تفسيرات: ما هو أكثر من مجرد تفسير Non-Interpretive Mechanisms in Psychoanalytic Therapy: The 'Something More' Than Interpretation». ويُشار إلى هذا الأكثر بـ «لحظات الآن» أو «لحظات الاجتماع»، وهي ليست مختلفة كثيرًا عما يُعرض في المقال الذي تحاول شخصيتي الخيالية إرنست كتابته في «مستلقيًا

على الأريكة» بعنوان «عن البين بين: أسباب جدوى الصدق في التحليل النفسي».

خلال ممارستي الشخصية، أجاهد دائمًا لعقد جلسات صادقة مع مرضاي، سواء الجلسات الجماعية أو الفردية. واعتدت أن أكون نشطًا ومشاركًا بشكل شخصي مع التركيز في كثير من الأحيان على «هنا والآن»، فنادرًا ما تنقضي جلسة دون أن أسأل عن علاقتنا. لكن كم ينبغي أن يكشف المعالج أو المعالجة شيئًا من نفسه؟ هذه هي القضية الحساسة -أعني شفافية المعالج مع المريض- التي يحتدم النقاش حولها في مجالنا، وهي ما تحلله وتشرحه وتستغرق فيه حتى أعماقه هذه الرواية الهزلية.

أعدت قراءة «مستلقيًا على الأريكة» الآن لأول مرة منذ سنوات، وصدمتني الكثير من الأشياء التي نسيتها تمامًا. أولًا: رغم أن الحبكة خيالية بالكامل، فهي تحتوي على أحداث كثيرة حقيقية من حياتي. هذا ليس أمرًا نادرًا؛ سمعت سول بيلو يقول: «حين يولد روائي يحلُّ الدمار على الأسرة». فمن المعروف جيدًا أن شخصيات حياته المبكرة تسكن صفحات عمله الخيالي. قبل نحو عام من كتابة هذه الرواية، حاول صديق صديقي خداعي ببيعي أسهمًا في شركة علمت لاحقًا أنها وهمية. أعطيناه أنا وزوجتي 50 ألفَ دولار لاستثمارها. ورغم أننا تلقينا بعد فترة وجيزة شهادات إيداع تبدو رسمية جدًّا من بنك سويسري، ظل شيئًا تجاهه يثير شكوكي. أخذت الشهادات إلى فرع لهذا البنك في الولايات المتحدة وعرفت أن التوقيعات مزورة. بعدها اتصلت بمكتب التحقيقات الفيدرالي وأبلغت عن المحتال الذي فعل ذلك. وقبل لقائي مع المكتب، ظهر على باب منزلي ومعه 50 ألفًا نقدًا. هذا الحادث وذاك

المحتال هما ما ألهمني شخصية بيتر ماجوندو في روايتي، وهو محتال يستهدف المعالجين النفسيين.

لكن لم يكن المحتال وحده؛ وجد الكثير من المعارف الآخرين والكثير من أجزاء نفسي طريقهم إلى الرواية. ففيها تفاصيل عن ألعاب البوكر التي لعبتها (يتضمن تصويرًا ساخرًا لنفسي واللاعبين الآخرين). بسبب سوء نظري، توقفت عن لعب البوكر، إلا أنني حتى هذا اليوم حين أتناول الغداء مع رفاق البوكر القدامى، أجدهم ينادون بعضهم بالأسماء التي سميتهم بها في الرواية. كما أن هناك مريضة (أخفيت هويتها بشدة) كانت في الواقع مغرية لي، إلى جانب طبيب نفسي مثقف وشديد الغرور أشرف علي ذات يوم. كذلك ضممت صديقًا من أيام عملي في جونز هوبكنز يُدعى سول، سميته في الرواية بول. وكثير من الأثاث والأعمال الفنية حقيقي، بما فيها: تمثال زجاجي صنعه سول وأهداني إياه على شكل رجل يشرف من حافة طبق مجوف بعنوان «سيزيف يستمتع بالإطلالة». والقائمة طويلة جدًّا: الأشياء التي تزعجني، والكتب، والملابس، والإيماءات، وذكرياتي الأولى، وتاريخ والدي كمهاجرين، وألعاب الشطرنج والبينوكل التي لعبتها مع والدي وأعمامي: كلها متناثرة في أنحاء الرواية، بما في ذلك محاولتي ركل نشارة الخشب التي علقت في حذائي من البقالة. إنني أروي قصة عن والد شخصية تدعى مارشال سترايدر، وهو مالك متجر بقالة صغير في تقاطع فيفث وآر بواشنطن. فيُروى أن زبونًا دخل متجره وسأله عن قفازَي عمل فقال إنهما في الغرفة الخلفية للمتجر، لكنه بعدها خرج من المتجر وركض لمسافة مجمع سكني حتى السوق ليشتري زوجَي قفازات مقابل 10 سنتات، ويبيعهما للزبون مقابل 30 سنتًا. هذه قصة حقيقية حكاها لي والدي، الذي امتلك متجرًا في ذلك العنوان قبل أن أولد مباشرة.

والرواية المفصلة للمحلل الذي طُرد من معهد التحليل النفسي كانت مبنية بتصرف على إلغاء عضوية مسعود خان من الجمعية البريطانية للتحليل النفسي في عام 1988. وقد شهد محللي النفسي البريطاني تشارلز رايكروفت الحدث ووصفه لي بالتفصيل. وحتى حلم «الدب سموكي» هو حلمي في ليلة وفاة رولو ماي. والكثير من أسماء الشخصيات لها معنى شخصي لي، مثل: اسم بطل الرواية إرنست لاش. في أثناء الكتابة عن إرنست -الذي كان بالفعل شخصًا جادًّا للغاية- ومريضته المغرية، أفكر كثيرًا في أوديسيوس، الذي طلب ربطه إلى صاري سفينته للهرب من دعوات السيرانات الشهوانية[1]. من الشخصيات الأخرى في معهد التحليل النفسي الذي تخيلته في الرواية، تيري فولر، الاسم الذي اشتققته من اسم تلميذ سابق يُدعى فولر توري، الذي أصبح شخصية بارزة في الطب النفسي. وكذلك مارشال سريدر المستقى من أحد المشرفين في جونز هوبكنز، وكان شخصًا يلتزم بالقانون أشد الالتزام ويُعرف بالحزم (إلا في مرة ارتكب فيها خطأً فادحًا في التقدير).

ورغم أنني أؤيد فكرة صدق المعالج، قررت أن أطرح تحديًا هائلًا أمام إرنست لاش. ولأسباب شرحتها الرواية، يُجري إرنست تجربة جريئة. إذ سوف يتعامل بشفافية تامة مع أول مريض يدخل بابه. ولكن للأسف، وبمحض مصادفة روائية، يتبين أن المريض الجديد محامية لها أهداف خفية. فهي، سرًّا زوجة أحد مرضى إرنست تسعى إلى الانتقام، وتعتقد أن إرنست أقنع زوجها بتطليقها. وبهدف الانتقام تخطط لإغوائه ومن ثم تدميره. لم أستمتع قطُّ بالكتابة قدر استمتاعي بكتابة هذه القصة عن معالج ملتزم بالصدق يواجه مريضة تقصد الغواية. بل وجدت كتابة

(1) ما يرمي إليه المؤلف هو أن الاسم الأول «إرنست» يعني جاد، والاسم الثاني «لاش» يعني: يصطدم، والمعالج في القصة هو شخص جاد يهرب من الإغواء - المترجم.

إحدى الحبكات الفرعية أكثر متعة حين وصفت كيف أقدمت النسخة الروائية للجمعية البريطانية للتحليل النفسي على طرد محلل مسيء بسبب تفسيراته المهرطقة والتصميم على إرسال إشعار عام -كالذي يرسله مصنعو السيارات- إلى جميع مرضاه الذين عولجوا بتفسيراته المضرة.

أراد العديد من صناع الأفلام تحويل رواية «مستلقيًا على الأريكة» إلى فيلم. واشترى هارولد راميس -الممثل الراحل ومخرج أفلام «Groundhog Day» و«Ghostbusters» و«Analyze This»- حقوق الفيلم، وقد تواصلنا كثيرًا حينما كان يصور فيلم «Bedazzled»، الذي تم تصويره في شوارع سان فرانسيسكو. للأسف، فشل الفيلم في شباك التذاكر ورفض الاستوديو تمويل رواية «مستلقيًا على الأريكة» إلى أن يقدم أولًا فيلمًا يحقق أرباحًا كبيرة. وجاء «Analyze That» المكمل لفيلمه الناجح للغاية «Analyze This»، لكن لسوء الحظ، فشل أيضًا. ورغم أن هارولد راميس استمر في شراء حقوق الفيلم لعدة سنوات، فإنه لم يتمكن قطُّ من توفير تمويل كافٍ للمشروع. لقد أحببت هارولد راميس كثيرًا، وحزنت لخبر وفاته في عام 2014.

بعدها مررت بتجربة أخرى كادت تكون سينمائية مع واين وانج، مخرج أفلام رائعة مثل: «Joy Luck Club» و«Smoke» و«Maid in Manhattan». إذ اشترى هو أيضًا حقوق الفيلم، ولكنه لم يتمكن كذلك من توفير الدعم المالي. وفي وقت لاحق، أخرج فيلمًا بعنوان «Last Holiday» عن امرأة (كوين لطيفة) تعاني مرضًا عضالًا، وطلب مني أن أقود مجموعة للممثلين لمدة يومين في نيو أورليانز من أجل توعية أفرادها بالقضايا المتعلقة بالتعامل مع أمراض الموت. وقد استمتعت كثيرًا بالعمل مع كوين لطيفة، وإل إل كول جيه، وتيموثي

هوتون، ووجدتهم جميعًا منفتحين ومطلعين على كل ما يتعلق بعملهم، ومهتمين بملاحظاتي.

وأخيرًا، دخل الساحة كاتب السيناريو الموهوب تيد جريفين -مؤلف فيلمي «Ocean's Eleven» و«Matchstick Men»-، وقد حصل على حقوق تحويل الرواية إلى فيلم سينمائي على مدى السنوات العديدة الماضية. وبعد أن كتب السيناريو، اتصل بالممثل أنتوني هوبكنز الذي أحبه بشدة واستمتعت بالحديث معه عبر الهاتف. ولكن للأسف لم يتحقق شيء حتى الآن. وعلاوة على ذلك، يخشى جزء مني من تحويل الرواية إلى فيلم سينمائي قد يتجاهل الرسائل الجادة التي تحملها الرواية ويركز بإفراط -وربما حصرًا- على جوانب الاحتيال والمشاهد الجنسية. والآن أشعر بالحرج بعض الشيء إزاء الشبق الجنسي الذي يتسم به بطل الرواية. حتى إن زوجتي -وهي أول من يقرأ أعمالي- كتبت بأحرف كبيرة على الصفحة الأخيرة من المسودة: «ألا يوجد شيء آخر تريد أن تخبر به أمريكا عن خيالاتك الجنسية؟».

الفصل الحادي والثلاثون

أمي ومعنى الحياة، حكايات في العلاج النفسي

كل عام في حفل التخرج من القسم، يقدم الأطباء المقيمون في قسم الطب النفسي مسرحية هزلية تسخر من بعض جوانب تجربتهم في جامعة ستانفورد. وفي أحد الأعوام كنت أنا الهدف، وكلما ظهر الطبيب الذي يسخر مني ظهر يربت كومة من الكتب التي تحمل اسم «يالوم» على كعبها. ولكنني لم أشعر بالإهانة، وإنما وجدت نفسي مسرورًا إلى حد ما عند رؤية كل تلك الكتب التي كتبتها.

في ذلك الوقت كنت أعمل على كتاب من إنتاج الناشر بعنوان «قارئ يالوم»، بتحرير جميل من ابني بن. احتوى الكتاب على مقتطفات من أعمالي السابقة ومقالات جديدة. وبعد الانتهاء من المقال الأخير، راودني حلم قوي لا يُنسى عن والدتي، وقد وصفته في القصة التي تحمل عنوان كتابي التالي «أمي ومعنى الحياة».

الغسق. لعلي على سرير الموت. تحيط بسريري أشكال شريرة: أجهزة تخطيط القلب، وأسطوانات الأكسجين، وعبوات التقطير الوريدي، ولفائف الأنابيب البلاستيكية: أوصال الموت. أغلقت جفنيَّ، وانزلقت في الظلام.

لكن بعدها اندفعت خارج الغرفة لأجد نفسي في حديقة جلين إيكو الساطعة بضوء الشمس، حيث قضيت الكثير من الآحاد الصيفية قبل عقود. سمعت موسيقى لعبة الخيل الدوارة، وتنفست العبير الرطب المكرمل للفشار الدبق والتفاح. أمضي إلى الأمام -دون أن ألتفت إلى كشك بولار بير للكاسترد المجمد أو قطار الملاهي المزدوج أو عجلة فيريس، بل لأحجز دورًا في طابور منزل الرعب. الأجرة مدفوعة، وأنتظر فحسب وصول العربة التالية وهي قادمة من الزاوية حتى توقفت أمامي. وبعدما خطوت فيها وجذبت قضيب الأمان لأثبت نفسي في المكان، ألقي نظرة أخيرة حولي، وها هي بين مجموعة صغيرة من المتفرجين أراها.

لوحت بذراعيَّ الاثنتين وناديتها بصوت يسمعه الجميع: «ماما! ماما!» وحينها تحركت العربة إلى الأمام ودفعت درفتَي الباب، لتكشف عن فم أسود مفتوح على مصراعيه. أستند إلى الوراء قدر ما أستطيع، وقبل أن تبتلعني الظلمة، أصرخ مرة أخرى: «ماما كيف كنت؟ يا ماما كيف كنت؟».

أيُعقل أن تكون رسالة الحلم -وهذه الاحتمالية أدهشتني- أنني عشت حياتي كلها وهذه المرأة الحزينة هي جمهوري الرئيس؟ طوال حياتي سعيت إلى الهروب، والخروج من الماضي -الحي المغلق والبقالة- لكن هل معقول أنني لم أهرب لا من الماضي ولا من أمي؟

كانت علاقة أمي بأمها متقلبة، التي قضت آخر عام من حياتها في منزل مسنين بنيويورك. وإلى جانب مهام التنظيف والطبخ والعمل في البقالة، اعتادت أمي الخروج في رحلة تستغرق أربع ساعات بالقطار لتوصل إلى أمها مخبوزات منزلية الصنع، التي بدلًا من شكرها اعتادت التحدث بحماس عن خالي سايمون، وهو الذي لم يجلب لها شيئًا سوى زجاجة 7أب.

حكت لي أمي تلك القصة كثيرًا لدرجة أنني توقفت عن الإنصات؛ تعبت من الشكوى. لكن مشاعري الآن مختلفة.

من الواضح أن أمي شعرت بعدم تقدير تام من ابنها الوحيد. أسأل نفسي كثيرًا: لماذا لم أتعاطف معها؟ لماذا لم أقل: «يا للظلم! تقومين بكل ذلك العمل والخبز والسفر لرؤية أمك وكل ما تفعله هو مدح سايمون لجلبه 7أب. لا بدَّ أن هذا أزعجك كثيرًا». حقًّا، كم كان من الصعب أن أقول هذه الكلمات؟ كم أتمنى لو كنت عطوفًا كفاية لأنطق تلك الكلمات. ذلك التقدير البسيط كان سيعني لها الكثير. وربما لو قلتها لما طاردتني في أحلامي حتى الآن.

وبالطبع، أدهشني الحلم بفكرة أنني وأنا أتحرك نحو الموت -متمثلًا في بيت الرعب المظلم- لا أزال أنتظر التأكيد. لكن ليس من زوجتي أو أطفالي أو أصدقائي أو زملائي أو طلبتي أو مرضاي، وإنما من أمي. تلك الأم التي لم تعجبني قط وخجلت منها. نعم في أحلامي ألتفت إليها.

ولما طرحت سؤالي الأخير: «كيف كنت؟» أي دليل أكبر على السطوة الدائمة للتعلقات المبكرة في الحياة؟

هذا الندم أسهم في علاج شابة أجتمع بها حاليًا. طلبت هذه الشابة بضع جلسات مشورة عبر سكايب، وفي جلستنا الثانية سألتها عن علاقتها بوالديها. «أمي قديسة، وتجمعني بها علاقة دافئة ورائعة دائمًا. أما أبي... إنه قصة مختلفة».

- أخبريني عن علاقتك به.

- أفضل وصف ممكن هو أنها مثل علاقتك بأمك في «أمي ومعنى الحياة». عمل أبي بجد وأعال أسرتنا، لكنه كان مستبدًّا. لم أسمع منه كلمة ثناء أو لطف تجاه أي شخص من الأسرة ولا العاملين في شركته. ثم قبل نحو ثماني سنوات، انتحر أخوه الأكبر وشريكه في العمل، وانهارت الشركة، وأعلن أبي إفلاسه. خسر كل شيء. وأصبح الآن غاضبًا ومكتئبًا ولا يفعل شيئًا إلا النظر من النافذة طوال اليوم. ومنذ الإفلاس وأنا أعيله ماديًّا، لكن دون كلمة شكر واحدة منه. بالأمس عند الإفطار، نشب بيننا شجار عنيف، رمى طبقه على الأرض وخرج من الغرفة.

لم أجتمع مع مريضتي سوى ثلاث مرات، لكن بما أنها قرأت قصتي، قررت أن أشارك معها ندمي على عدم التعاطف مع أمي قطُّ. قلت لها: «أتساءل لو كنت ستصابين بمثل هذا الندم تجاه والدك».

أومأت ببطء وقالت: «لعل هذا سيحدث».

- أتوقع فحسب، لكن أتخيل أن والدك -الذي أمضى حياته مستغرقًا تمامًا في مهمة كسب العيش، الذي أدار شركة كبيرة وتمتع بسلطة ضخمة في الحياة والأسرة- يشعر بذل كبير لأن ابنته تعيله.

أومأت: «لم نتحدث عن هذا من قبل».

- هل تودين خوض هذه المحادثة؟

- لست متأكدة. يجب أن أفكر في هذا.

في الأسبوع التالي وصفت لي موقفًا جمعها بأبيها. «أملك متجر ملابس كبيرًا، وأقمنا حدثًا خاصًّا لعرض مجموعتنا الجديدة. وأتيحت معي تذكرة دخول إضافية ففكرت أن أبي قد يستمتع بالحضور. رافقني، لكن ذهب إلى فريق العمل واختلط بهم، وأعلمهم أنه أبي دون أن يناقش الأمر معي. وحين سمعت بما فعل فقدت أعصابي وقلت: «كيف أمكنك أن تفعل هذا؟ أكره أنك لم تسألني أولًا. أريد الفصل تمامًا بين عملي وحياتي الشخصية». بدأ في التحدث بصوت مرتفع ورددت بالمثل، وفي النهاية ذهب إلى غرفته وصفق الباب خلفه».

- وبعدها؟

- تأهبت للمغادرة، وحينها بدأت أتخيل الليلة البشعة التي ستمر على أمي... ونعم، على أبي كذلك، وفكرت فيما قلته لي عن أمك. لذا أخذت نفسًا عميقًا وطرقت على بابه وتحدثت إليه. «اسمع يا أبي. أنا آسفة. إليك وجهة نظري. دعوتك لرؤية أحدى فعالياتي، لكنني لم أرد منك أن تذهب وتتعرف على العاملين عندي. ما أردته هو مشاركة الحدث معك. فكم مرة نفعل هذا؟».

- يا له من كلام رائع. وبعدها؟

- لأول مرة في حياته ظل صامتًا، ويكاد يكون مذهولًا. واقترب مني وعانقني وبكى. لم أره من قبل يبكي. وبكيت أنا أيضًا. بكينا معًا.

نعم هذه قصة حقيقية. نقلت كل كلمة بحذافيرها تقريبًا.

يضم كتاب «أمي ومعنى الحياة» الحكاية الأكثر تعليمًا من بين ما كتبت: «سبعة دروس متقدمة في علاج الحزن»، والمفترض بها أن تعمل كتمهيد للمعالجين الذين يستخدمون المنهج الوجودي.

دعتني إيرين -الجراحة البارزة- لمساعدتها. كان زوجها يموت في عمر مبكر بسبب السرطان، وحزنها البالغ كان مفهومًا، قبلها بعدة سنوات، قضيت عامين أدير مجموعة لأشخاص فقدوا نصفهم الآخر في وقت قريب، ونتيجة لهذا المشروع، اعتبرت نفسي خبيرًا في العمل مع الأرامل ووافقت على العمل مع إيرين. وبما أنها شديدة الذكاء وفي الوقت نفسه فاترة وشديدة مع نفسها والآخرين، ظلت إيرين مريضتي لمدة عامين. وأراني عملي معها ما لم أعرفه عن الفقد، ومن هنا جاء عنوان القصة: «سبعة دروس متقدمة في علاج الحزن».

وأول درس وقع في أول جلسة لنا معًا، حين حكت لي حلمًا رأته في الليلة السابقة:

> *«ما زلت جراحة، ولكني أيضًا طالبة دراسات عليا في اللغة الإنجليزية. يتضمن تحضيري لإحدى المواد نصين مختلفين، نص قديم ونص حديث، يحمل كل منهما الاسم نفسه. لست مستعدة للندوة لأنني لم أقرأ أيًّا من النصين، وعلى وجه الخصوص لم أقرأ النص الأول القديم، الذي كان ليجهزني للنص الثاني».*

سألتها هل تتذكر أي شيء عن اسم النصين، فأجابت: «نعم، أتذكره بوضوح. كلا الكتابين بعنوان «موت البراءة»».. وبالنسبة إلى معالج له اهتماماتي وخلفيتي، عددت هذه هدية عظيمة. تخيل: نصين -قديم

وحديث- والنص القديم (أي: سنوات المرء الأولى) هو المفتاح لفهم الجديد.

لم يعد حلم إيرين ببحث فكري رفيع المستوى فحسب، بل قيمته في أنه كذلك حلم أول. كما شرحت في «سبعة دروس متقدمة في علاج الحزن» منذ عام 1911 حين ناقش فرويد مسألة الحلم الأول، ظل بعض السحر يحيط بأول حلم يفصح عنه المريض خلال العلاج. اعتقد فرويد أن الحلم الأول يتسم بالبساطة والوضوح الشديد لأن المريض المبتدئ مطمئن ولا يقاوم. ولاحقًا خلال العلاج، بمجرد أن يعمل على تفسير عدة أحلام مختلفة مع المعالج، يزداد حذر حائك الأحلام في العقل اللاواعي، ويهتم بإنتاج أحلام أكثر تعقيدًا وغموضًا.

استرشادًا بفرويد، تخيلت في كثير من الأحيان أن حائك الأحلام عبارة عن قزم سمين مرح يعيش حياة طيبة في غابة من الخلايا العصبية. إنه ينام في النهار، وفي الليل يستلقي على وسادة من المشابك العصبية الصاخبة، ويشرب رحيق العسل ويحيك ببطء سلسلة من الأحلام لمضيفه. في الليلة التي تسبق الزيارة العلاجية الأولى، ينام المريض ورأسه يضج بالأفكار المتضاربة حول العلاج، ويبدأ القزم الذي بداخله في عمله الليلي بحياكة تلك المخاوف والآمال في حلم. ثم بعد جلسة العلاج، يعلم القزم أن المعالج قد فسَّر حلمه بمهارة، ومنذ ذلك الحين يحرص على دفن المعنى بشكل أعمق تحت ستار الليل. بالطبع، كل هذا مجرد قصة خيالية سخيفة لولا أني أصدقها!

أتذكر بوضوح غريب حلمي الذي رأيته في الليلة التي سبقت أول جلسة تحليل شخصي لي قبل أكثر من 50 عامًا، الذي وصفته أيضًا في «سبعة دروس متقدمة في علاج الحزن».

كنت مستلقيًا على طاولة الفحص لدى الطبيب. كانت الملاءة صغيرة جدًّا لا تغطيني بشكل كافٍ. أستطيع أن أرى ممرضة تغرز إبرة في قصبة ساقي. وفجأة سمعت صوت هسهسة وقرقرة - وووووووش.

وبدا الشيء الرئيس في الحلم -ذلك الصوت العالي- معروفًا لي على الفور. فحينما كنت طفلًا عانيت التهاب الجيوب الأنفية المزمن، وفي كل شتاء كانت أمي تأخذني إلى الدكتور ديفيس -وهو طبيب أنف وأذن وحنجرة- لتصريف الجيوب الأنفية وتنظيفها. وكنت أكره أسنانه الصفراء وعينيه المريبتين، اللتين حدقتا إليَّ من وسط المرآة الدائرية المثبتة برباط الرأس الذي اعتاد أطباء الأنف والأذن والحنجرة ارتداءه. وبينما أدخل القسطرة في ثقب الجيوب الأنفية، كنت أشعر بألم حاد ثم أسمع صوتًا عاليًا -الصوت نفسه الذي سمعته في الحلم- فيما يعمل المحلول الملحي على تنظيف جيوبي الأنفية. وإذا نظرت إلى الفوضى المرتجفة المثيرة للاشمئزاز من القيح في وعاء التصريف المصنوع من الكروم، كنت أظن أن بعض دماغي قد خرج. وفي أول حلم لي في التحليل، امتزج ذلك الرعب الحقيقي بخوفي من أن تخرج مني أفكار مخزية ومقززة على أريكة التحليل.

عملت مع إيرين بجد على حلمها الأول. بدأت: «إذًا لم تقرئي أيًّا من النصين، وبخاصة القديم».

- نعم نعم، توقعت أن تسأل عن هذا. لم أقرأ أيًّا من النصين، لكنني لم أقرأ النص القديم خصوصًا.

- هل يخبرك حدسك بشيء عن معنى النصين في حياتك؟

أجابت إيرين: «ليس حدسًا، أنا أعرف بالضبط معناهما».

انتظرت أن تستفيض في الكلام لكنها جلست صامتة فحسب تنظر من النافذة. لم أعتد حتى الآن عادتها المستفزة حين تعزف عن الإدلاء بالنهاية ما لم أطلبها مباشرة.

من الغيظ تركت الصمت يطول دقيقة أو دقيقتين. أخيرًا قلت مكرهًا: «ومعنى النصين يا إيرين هو...».

- وفاة أخي حين كنت في العشرين هي النص القديم. ووفاة زوجي القريبة هي النص الحديث.
- إذًا يخبرنا الحلم أنك قد لا تتمكنين من التعامل مع وفاة زوجك حتى تتعاملي أولًا مع وفاة أخيك.
- بالضبط. أصبت.

تعاملنا مع محتوى كاشف، لكن العملية (بمعنى طبيعة العلاقة بيننا) كانت مشحونة وممتلئة بالمواجهة، والعمل على علاقتنا هو في النهاية ما سينتج عنه الشفاء. في إحدى الجلسات، وقع صدام كبير بيننا بعد مناقشة حلم يصور حائطًا من الجثث يفصل بيننا:

«ما أقصده هو كيف يمكنك أن تفهمني؟ حياتك خيالية: دافئة ومريحة وبريئة. مثل هذا المكتب». أشارت إلى أرفف الكتب الممتلئة خلفها وإلى شجرة القيقب الياباني القرمزية الساطعة خارج النافذة. «الشيء الوحيد الناقص هو بعض الوسائد القطنية، ومدفأة حطب، وبعض الخشب المطقطق. أسرتك تحيط بك، وكلهم يعيشون في المدينة نفسها. دائرة أسرية سليمة. فماذا تعرف عن الفقد؟ هل تظن أنك قادر على تحمله أفضل مني؟ تخيل أن تموت زوجتك أو أحد أطفالك الآن؟ ماذا ستفعل؟ حتى قميصك المتعجرف ذو الخطوط، أكرهه. كل مرة ترتديه أجفل. أنا أكره ما يقوله لي».

- ماذا يقول؟

- يقول: لقد حللت كل مشكلاتي، أخبريني عن مشكلاتك.

كثيرًا ما أصابت تعليقات إيرين كبد الحقيقة. يُروى أن النحَّات السويسري ألبيرتو جياكوميتي انكسرت رجله في حادثة سير. وهو مطروح على أرض الشارع ينتظر وصول الإسعاف، سُمع يقول: «أخيرًا، أخيرًا حدث شيء لي». أعرف بالضبط ما عناه. وإيرين فهمتني بدقة. عملت في التدريس في ستانفورد لأكثر من 30 سنة، أقمت في المنزل نفسه، ورأيت أولادي يذهبون إلى المدارس نفسها، ولم أواجه حدثًا مأسويًّا قطُّ: لا موت صعب ومبكر؛ فأبي وأمي ماتا في سن متقدمة، هو في التاسعة والستين وهي في التسعينات. وأختي الأكبر مني بسبع سنوات كانت لا تزال حية حينها. ولم أفقد صديقًا مقربًا بعد، وأطفالي الأربعة جميعًا بصحة جيدة.

بالنسبة إلى معالج يتبنى الإطار الوجودي، مثل هذه الحياة عبء. في كثير من الأحيان، تقت إلى المغامرة بالنزول من برجي العاجي إلى متاعب العالم الحقيقي. لسنوات، تخيلت أن أقضي إجازة تفرغ في مهنة متواضعة، مثل: سائق سيارة إسعاف في ديترويت أو طباخ وجبات سريعة في بوويري أو صانع شطائر في مطعم شطائر لذيذة. لكنني لم أفعل قطُّ. فالنداءات الساحرة لإقامة مخيم كتابة في بالي أو زيارة شقة زميل في البندقية أو دخول زمالة في فندق فخم على بحيرة كومو لا تقارن. بطرق عديدة ظللت محميًّا من صعوبات الحياة. حتى إنني لم أمر قطُّ بتجربة الانفصال الزوجي التي تزيد نمو الإنسان، ولم أواجه الوحدة في الكبر. علاقتي بمارلين لم تكن هادئة طوال الوقت، ونشكر الله على وجود «العواصف والاندفاعات» فقد تعلمنا منها الكثير.

أخبرت إيرين أنها محقة، واعترفت أنني أحسد أحيانًا من يعيشون بمخاطرة أكبر. وقلت لها إنني أخشى أحيانًا من أنني قد أشجع مرضاي على الإقدام على مواقف بطولية بدلًا عني.

قلت لها: «لكن لم تصيبي بقولك إنني لا أعرف المآسي على الإطلاق. فأنا لا أستطيع الامتناع عن التفكير في الموت. وحين أكون معك، أتخيل في كثير من الأحيان كيف سيكون حالي لو أن زوجتي أصيبت بمرض مميت، وفي كل مرة يغمرني حزن لا يمكن وصفه. أنا أعي بالكامل أنني في نهاية العمر وأنني أنتقل إلى مرحلة جديدة من الحياة. علامات العجز كثيرة: غضروف ركبتي الممزق، وبصري السيئ، وآلام ظهري، ولويحات الشيخوخة، والشيب في لحيتي وشعري، وحلمي بموتي، تخبرني جميعًا أنني أقترب من نهاية حياتي».

أنصتت ولم تقل شيئًا.

أضفت: «وهناك أمر آخر. لقد اخترت العمل مع أصحاب الأمراض العضال، على أمل أن يقربوني أكثر من جوهر المأساة في حياتي. وقد فعلوا؛ عدت للعلاج النفسي لمدة ثلاث سنوات نتيجة لذلك».

وبعد هذه الإجابة، أومأت إيرين برأسها. أعرف هذه الإيماءة المميزة التي تتألف من هزة ذقن حادة تليها هزتان أو ثلاث هزات بسيطة، وهي بمنزلة شفرة مورس الجسدية التي تخبرني بأنني قدمت إجابة مرضية. بهذا فهمت أول درس: لمعالجة الحزن، على المعالج ألا يظل باردًا، بل عليه أن يواجه الفناء عن قرب. وتبع ذلك العديد من الدروس الأخرى التي اخترت أن أبني عليها القصة. في هذه القصة، كانت المريضة هي المعلمة الحقيقية، وكنت أنا مجرد وسيط ينقل دروسها.

أكثر قصة استمتعت بكتابتها بلا شك هي قصة «لعنة القطة المجرية». في هذه القصة، يحاول إرنست لاش (في إجازة من رواية

«مستلقيًا على الأريكة») علاج ميرجيس: قطٌّ شرير يتحدث الألمانية في حياته التاسعة والأخيرة[1]. كان ميرجيس شخصية سافرت كثيرًا، وفي حياة سابقة، كان على علاقة بزانثيبي: قطة عاشت في منزل هايدجر، وهو الآن يطارد أرتميس -محبوبة إرنست- بلا رحمة.

إحدى طبقات القصة هزلية، لكن في طبقة أخرى ما أعتقد أنه أعمق حوار عن الموت ومحاولة للتخفيف من رعبه. كتبت أغلب القصة خلال زيارة لبوب بيرجر -الصديق المقرب منذ كلية الطب- الذي توفي مؤخرًا. أجريت أحداث القصة في بودابست، وأعطاني بوب -الذي نشأ في المجر- أسماء مجرية للشخصيات والشوارع والجسور والأنهار.

أتذكر باعتزاز حدث قراءة عامة لكتاب «أمي ومعنى الحياة» في بوك ديبوت بميل ڤالي، حيث قرأت أنا وابني بن -المخرج السينمائي- حوار إيرنست وميرجيس جهرًا. لست ممن يحبون الصلوات التذكارية، لكن لو قررت عائلتي إقامة واحدة لي بعد موتي، فأود أن يُقرأ هذا الحوار، فسينعش الحضور. لذا من فضلك يا بن، قم بدور القط واختر أحد إخوتك أو ممثلًا تفضله لأداء دور إرنست.

---

(1) في الموروث الغربي للقط تسع أرواح وليس سبعًا مثلما نقول في العربية. - المترجم.

الفصل الثاني والثلاثون

عن التحول إلى يوناني

من بين كل الدول الأجنبية التي ترجمت أعمالي، تسكن اليونان -وهي من أصغر الدول- عقلي. في عام 1997، اشترى ستافروس بيتسوبولوس -مالك دار نشر أجرا- حقوق ترجمة جميع كتبي إلى اليونانية، وأوكل المهمة إلى الزوجين يانيس زيرڤاس وإيڤانجيليا أندريت سانو لترجمتها. وهكذا بدأت علاقة طويلة مهمة لعائلتنا. يانيس طبيب نفسي تلقى تعليمه في أمريكا وشاعر يوناني معروف، وإيڤانجيليا طبيبة نفسية إكلينيكية فضلًا عن كونها مترجمة. ورغم أن اليونان لم تسهم مساهمة مهمة في مجال العلاج النفسي وأن عدد سكانها المتعلمين نحو خمسة ملايين نسمة، فقد أصبحت على الفور أكبر جمهور لي بالنسبة إلى عدد السكان، وشهرتي ككاتب هناك تفوق أي مكان آخر. ولم أفهم قطُّ السبب.

منذ لقائنا الأول باليونان، حينما فقدنا حقائبنا وسحت أنا ومارلين خفافًا لخمسة أيام، زرنا البلاد مرتين مذهلتين معًا. المرة الأولى سبقتها زيارة إلى تركيا. ففي عام 1993، أقمت ورشة عمل للمعالجين في مستشفى باكيركوي في إسطنبول، ثم أدرت مجموعة نمو شخصي لمدة

يومين ضمت 18 طبيبًا ومعالجًا نفسيًّا من تركيا في بودروم، وهي بلدة قديمة على بحر إيجه وصفها هوميروس بأنها «أرض الزرقة الدائمة». عملت تلك المجموعة بجد على مدار يومين كاملين، وأذهلني قدر الثقافة والانفتاح الذي أظهره العديد من أعضائها. وبعد الورشة، خدمتنا طبيبة نفسية تُدعى عائشة سيرماك -التي ظللنا على تواصل بها حتى يومنا هذا- بإرشادنا عبر أجزاء من غرب تركيا حتى عدنا إلى إسطنبول. ومن هناك ركبنا طائرة إلى أثينا وصعدنا على متن عبارة إلى جزيرة ليسبوس. فمارلين مهتمة منذ فترة طويلة بالشاعرة سافو، التي عاشت في ليسبوس في القرن السابع قبل الميلاد محاطة بتلميذاتها من الإناث.

بمجرد نزولنا من العبَّارة، سرَّني رؤية محل صغير لتأجير الدراجات النارية، وانطلقنا لاستكشاف ليسبوس على متن دراجة قديمة بدت متعاونة. ومع قرب انتهاء اليوم مع غروب الشمس في البحر، التقطت الدراجة أنفاسها الأخيرة وتوقفت عن العمل على حدود قرية صغيرة. لم نجد حلًّا سوى قضاء الليلة بين أنقاض منزل استضافة مهجور، حيث لم تحظ مارلين سوى بالقليل جدًّا من النوم بعدما رأت فأرًا ضخمًا يتسلل من الحمام الذي يبلغ ارتفاعه أربع أقدام. وبحلول ظهر اليوم التالي، أرسل متجر الدراجات النارية دراجة بديلة بشاحنة، وواصلنا طريقنا، مرورًا بالقرى المضيافة، وقضينا الوقت في الحانات والدردشة مع الضيوف الآخرين ومشاهدة رجال مسنين ذوي لحية بيضاء كبيرة يشربون الريتسينا ويلعبون الطاولة.

التقيت يانيس في عام 2002 في مؤتمر للجمعية الأميركية للطب النفسي في نيو أورليانز، حيث حصلت على جائزة أوسكار فيستر في الدين والطب النفسي. أذهلني هذا التكريم، فسألت اللجنة لماذا اختاروني وأنا أشكك في الدين بصراحة. أجابوني بأنني أتعامل مع «الأسئلة

الدينية» أكثر من معظم الأطباء النفسيين الآخرين. وبعد عرضي، الذي نُشر لاحقًا في شكل دراسة بعنوان «الدين والطب النفسي» وتُرجم إلى اليونانية والتركية (دون غيرهما من اللغات)، تناولت الغداء مع يانيس، الذي قدم لي دعوة من ستافروس بتسوبولوس لإلقاء محاضرة في أثينا.

وبعد عام، وصلنا إلى أثينا، وركبنا على الفور طائرة صغيرة لمدة 45 دقيقة إلى جزيرة سيروس الصغيرة التي يملك يانيس وإيڤانجيليا فيها منزلًا صيفيًّا.

وبما أنني أمرض دائمًا من تغيير التوقيت، أخصص دائمًا يومين للتأقلم قبل إلقاء الكلمات. ارتحنا على الجزيرة في نزل بقرية صغيرة تُدعى هيرموبوليس، وأفطرنا كل صباح الكورواسون المعد منزليًّا والمربى المصنوعة من تين الشجرة الملتفة في الحديقة الأمامية. وبعد يومين، كنا على موعد مع مؤتمر صحفي في أثينا، لكن في ليلة الانطلاق، أضرب عمَّال العبارة، فحجز لنا ستافروس مقعدين في طائرة صغيرة تتسع لأربعة مقاعد فقط.

خلال الرحلة القصيرة إلى أثينا، تحدث إلي الطيار الذي قرأ «عندما بكى نيتشه» بحماس عن الكتاب. وبعدها عرفني سائق الأجرة في المطار وأخبرني في طريقنا عن أحب أجزاء «مستلقيًا على الأريكة» إلى قلبه. وفي فندق الهيلتون، دخلت إلى المؤتمر الصحفي مع نحو 20 صحفيًّا. ولم يُقم لي من قبل لا في الولايات المتحدة ولا غيرها من البلدان مؤتمر صحفي. وفي تلك اللحظة اقتربت من أن أكون نجمًا كما لم أقترب من قبل ولا من بعد.

في اليوم التالي، أتى 2500 شخص لسماع محاضرتي في قاعة الرقص بالفندق. وامتلأت ردهة الفندق لدرجة أنني لم أستطع الوصول إلى القاعة إلا من خلال طريق غير مباشر يمر بالمطعم تحت الأرض. ولم

يحضر المنظمون سوى 900 سماعة رأس، فتوجب إلغاء فكرة الترجمة الفورية في آخر لحظة. أُصيبت المترجمة بالهلع لأن من المفترض أن تعمل باستخدام نسخة مكتوبة من العرض، لكنها تأقلمت مع الوضع وقدمت أداءً ممتازًا. قاطع المستمعون الحديث من خلال التعليقات والأسئلة. لكن أحدهم قاطعني بصوت مرتفع لأنني لم أجب عن جميع الأسئلة بشكل كامل مما اضطر الشرطة إلى إخراجه.

بعد كلمتي، وفي أثناء توقيع الكتب، أحضر لي الكثير من المشترين الهدايا: عسل من مناحلهم الخاصة، وزجاجات من النبيذ اليوناني المصنوع منزليًّا، ورسومات خطوها بأيديهم. كما أصرت عجوز جميلة على أن أقبل منها عملة ذهبية خاطها والداها في معطفها حين هربت من تركيا وهي طفلة.

في تلك الأمسية، شعرت بالإرهاق والسعادة والحب، لكن حيرني كم الهتاف. ولم يكن في مقدوري فعل الكثير غير مسايرة ما يجري ومحاولة الحفاظ على سكينتي. عدنا إلى غرفتنا محملين بالهدايا، فوجدنا هدية أخرى: قارب بطول قدمين، وأشرعة مرفرفة مصنوع بالكامل من الشوكولاتة. التهمت أنا ومارلين الوجبة بسعادة.

في اليوم التالي، عقدت حفلة توقيع للكتب في مكتبة هستيا، وهي متجر صغير في وسط أثينا. وقد وقعت الكتب في عشرات المكتبات من قبلها وبعدها، لكن حفل التوقيع ذاك هو أضخمهم. كان الطابور يخترق المكتبة وصولًا إلى الشارع وامتد لثمانية مجمعات سكنية، مسببًا اضطرابًا كبيرًا في حركة السير. لم يشترِ الناس الكتب الجديدة من المكتبة فحسب، بل اشتروا معها كتبًا اشتروها من قبل لأوقعها. وقد أرهقتني كتابة الأسماء لأنها أجنبية بالنسبة إلي، فمن الأسماء مثلًا: دوكيا، وإيانث، ونيريادا، وتاتيانا، وهي صعبة الهجاء. طُلب من الزبائن

بعدها طباعة أسمائهم بحروف كبيرة على قطعة ورق صفراء وتسليمها لي مع كتبهم. والتقط الكثير منهم صورًا، لكن هذا عطل الطابور، وبعد فترة وجيزة طُلب منهم عدم التقاط الصور. وبعد ساعة أُعلن أنني لن أستطيع توقيع إلا أربعة كتب فقط لكل شخص، ثم بعد ساعة، انخفض العدد إلى ثلاثة، وفي النهاية وصلنا إلى كتاب واحد قديم وآخر جديد. مع هذا استمر التوقيع لما يقرب من أربع ساعات، ووقعت أكثر من 800 كتاب جديد وعددًا أكبر بكثير من الكتب القديمة. مؤخرًا، أحزنني أن أسمع بأن مكتبة هستيا أغلقت أبوابها إلى الأبد، بعد أن وقعت ضحية للأزمة المالية اليونانية.

أغلب من وقف في صف التوقيع كن من النساء -كما هي العادة في حفلات التوقيع- وحظيت بتجربة فريدة بأن يهمس ما لا يقل عن 50 امرأة يونانية جميلة في أذني: «أحبك». وقبل أن يعبث ذلك برأسي، أخذني ستافوروس جانبًا وأخبرني أن اليونانيات يستخدمن هذه الكلمة بشكل معتاد، وأن معناها أكثر اتساعًا من معناها في أمريكا.

خطر ببالي حفل التوقيع في مكتبة هستيا بعد 10 سنوات، حينما طلب طبيب بريطاني مسن استشارتي. وبما أنه شعر بعدم الرضا بحياة العزوبية التي يعيشها وبالإمكانات التي لم يستغلها في نفسه، فقد بدا متناقضًا للغاية في استشارته إياي، فمن ناحية أرادني أن أساعده، ومن ناحية، حسد نجاحي في الكتابة بشدة، لأنه يعتقد أنه موهوب كفاية لكتابة كتب جيدة مثلي. ومع نهاية الاستشارة، روى قصة قضت مضجعه منذ 50 سنة وقعت حينما كان معلمًا للغة إنجليزية بمدرسة فتيات في اليونان لمدة عامين. في حفل توديعه في نهاية عمله، وفي أثناء استعداده للمغادرة، أقبلت عليه طالبة يونانية شابة وجميلة وعانقته عناق الوداع وهمست في أذنه: «أحبك». ومنذ ذلك الحين وهو

يفكر في تلك الفتاة ويسمع همس كلماتها في ذهنه ويعذب نفسه لعدم امتلاك الشجاعة الكافية لاقتناص الحياة المكتوبة له. قدمت له كل ما أمكنني وعلمت أن الشيء الوحيد الذي لا يمكنني قوله هو: «حينما تقول اليونانيات «أحبك»، لا يقصدن ما يقصده الناس في الولايات المتحدة أو ربما في المملكة المتحدة. في الحقيقة، في إحدى الأمسيات همست 50 يونانية نفس تلك الكلمة في أذني».

في اليوم التالي لحفل التوقيع بهستيا، كرمتني جامعة بانتيون بالدكتوراه الفخرية الوحيدة لدي. خشيت كثيرًا من الوقوف أمام جمهور كبير في قاعة صغيرة جدرانها مغطاة برسومات لأرسطو وأفلاطون وسقراط وأبيقور وإسخيليوس. في الأمسية التالية، ألقت مارلين كلمة في جامعة أثينا عن القضايا النسوية. أحداث مهمة لعائلة يالوم.

حانت زيارتي التالية لليونان بعد أربع سنوات في عام 2009. إذ دُعيت مارلين إلى جامعة يوانينا للتحدث عن كتابها «A History of the Breast». وحينما علمت منظمة أوناسيس بقدومي إلى اليونان، دعتني لإلقاء كلمة عن كتابي الجديد «علاج شوبنهاور» في ميجارون، أكبر قاعة حفلات في أثينا.

حين وصلنا إلى أثينا، اصطُحبنا في جولة وبخاصة في متحف الأكروبوليس الجديد المقرر افتتاحه بعدها ببضعة أسابيع. فور دخولنا، أذهلتنا الأرضيات الزجاجية التي سمحت لنا برؤية ما تحت أقدامنا من طبقات فوق طبقات من بقايا الحضارات التي تعود لآلاف السنين. في مكان آخر في المتحف وجدنا رخاميات إلجن، المنسوبة إلى الرجل البريطاني الذي حمل نحو نصفها من الأكروبوليس إلى المتحف



محاضرة في ميجارون بأثينا عام 2009.



متحف الأكروبوليس بأثينا عام 2009.

البريطاني. والأقسام المفقودة (وقد يقول البعض مسروقة) معروضة في قوالب من الجبس بلون مختلف عن النسخ الأصلية. إعادة الأعمال الفنية إلى دولها الأصلية مشكلة مربكة لجميع المتاحف اليوم. ومع ذلك، عندما كنا في اليونان، شعرنا بالتعاطف مع اليونانيين.

من أثينا طرنا إلى يوانينا، حيث دعت الأستاذة مارينا فريلي زاخو مارلين لإلقاء محاضرة في الجامعة، وهي مؤسسة رائعة تضم 20 ألف طالب. وكالعادة، استمعت إلى مارلين وهي تخاطب الجمهور، وجلست في سعادة وأنا أكبح رغبتي في الصراخ: «أيها الناس، هذه زوجتي!» في اليوم التالي، أخذنا مضيفونا في جولة في الريف وصولًا إلى دودونا، وهو موقع قديم ورد ذكره في أعمال هوميروس. جلسنا لفترة طويلة في المدرج اليوناني على مقاعد شُيِّدت قبل ألفي عام، ثم تجولنا بين بستان الأشجار الذي فسر فيه العرافون ذات يوم لغة طيور الشحرور. كان هناك شيء ما يؤثر في النفس في الموقع -ربما ضخامته، وبهاؤه وتاريخه-، ورغم تشككي، فقد شعرت بطعم الإله وإن كان خافتًا جدًّا.

تجولنا في قرية يوانينا، التي تقع على بحيرة جميلة، وأنهينا الجولة بكنيس يهودي يعود إلى العصر الروماني يستخدمه مجتمع المدينة اليهودي الصغير في العبادة. فخلال الحرب العالمية الثانية، قُتل أغلب يهود يوانينا تقريبًا، وعاد إليها القليل جدًّا من الناجين. والمتبقون الآن عدد ضئيل جدًّا لدرجة أن الكنيس يسمح الآن بعد النساء ضمن النصاب (المنيان) وهو الحد الأدنى لإقامة الصلاة الدينية حسب القواعد اليهودية ويبلغ 10 ذكور بالغين. وأنا أمشي في السوق، شاهدت رجالًا مسنين يلعبون الطاولة ويلقون النرد، استنشقنا االروائح المميزة لهذا البلد، ومن بينها أغرتني رائحة واحدة لا تقاوم: البقلاوة، وتبعت أنفي حتى

المخبز، حيث وجدت عشرين نوعًا مختلفًا. ما زلت أتخيل إقامة مخيم كتابة في يوانينا، ويُفضل أن يكون في حي هذا المخبز.

في متجر كتب جامعة يوانينا، في أثناء توقيعي أنا ومارلين لكتبنا، سألت مارلين المالك عن شعبيتي بين قراء اليونان، أجابها: «يالوم هو أشهر كاتب أمريكي هنا». سألته مارلين: «ماذا عن فيليب روث؟» قال: «نحبه أيضًا، لكننا نعتبر يالوم يونانيًّا».

سألني الصحفيون على مدار السنوات عن شهرتي في اليونان، ولم أستطع تقديم إجابة شافية قطُّ. رغم أنني لا أتحدث كلمة من اليونانية، أشعر أنني في وطني هناك، وحتى في الولايات المتحدة أشعر بميل دافئ نحو الأشخاص القادمين من أصل يوناني. وأستمتع بالدراما والفلسفة اليونانية، وبهوميروس، إلا أن هذا لا يفسر تلك الظاهرة. لعلها ظاهرة شرق أوسطية، بما أن قرائي أعلى نسبيًّا في تركيا وإسرائيل وإيران.

من المفاجئ أن تأتيني الكثير من الرسائل الإلكترونية من طلبة إيرانيين: مرضى ومعالجين. لا أعلم كم نسخة من كتبي بيعت باللغة الفارسية، فإيران هي الدولة الوحيدة التي تنشر أعمالي دون إذن أو دون دفع مقابل الحقوق. وعلاقاتي المهنية في إيران تخبرني أن كتب فرويد وكارل يونج وموريتايمر أدلر وكارل روجرز وأبراهام مازلو معروفة، وأنهم يودون توطيد علاقاتهم بالمعالجين الغربيين. لسوء الحظ، بما أني أعجز عن السفر إلى الخارج الآن، توجب عليَّ رفض دعوات التحدث في إيران.

مع كثرة الأخبار المفجعة في عالم اليوم، أصبحنا جميعًا نشعر بالإجهاد والخدر تجاه الأخبار، لكن كلما ذكر مذيع الأخبار اليونان، أنتبه أنا ومارلين على الفور. سأظل أشعر دائمًا بالعجب من اليونانيين والامتنان لاعتباري يونانيًّا بشكل شرفي.

الفصل الثالث والثلاثون

هبة العلاج النفسي

يشغل كتاب ريلكه «رسائل إلى شاعر شاب» جزءًا خاصًا في ذهني، فلسنوات تخيلت كتابة مثل هذا العمل للمعالجين الشباب، لكنني لم أستطع قطُّ العثور على شكل أو هيكل لهذا المشروع. تغير هذا ذات يوم في عام 1999، حين زرت أنا ومارلين حدائق هنتنجتون بسان مارينو جنوب كاليفورنيا. ذهبنا إلى هناك لمشاهدة الحدائق الاستثنائية، لا سيِّما الحديقة اليابانية وما فيها من أشجار البونساي. وبالقرب من نهاية زيارتنا، تجولت في مكتبة هنتنجتون وتصفحت المعروضات الجديدة: «الكتب الأكثر مبيعًا من عصر النهضة الإنجليزي». الأكثر مبيعًا؟ أسروا انتباهي. وصدمتني حقيقة أن ستة من أصل 10 كتب أفضل مبيعًا في القرن السادس عشر كانت كتب «النصائح». على سبيل المثال: كتاب توماس توسر «100 نصيحة جيدة في الزراعة» الذي صدر عام 1570 ليقدم 100 نصيحة تتعلق بالمحاصيل والثروة الحيوانية والتدبير المنزلي الجيد للمزارعين وزوجات المزارعين. وقد أعيد طبعه 11 مرة بحلول نهاية القرن.

كالعادة دائمًا، تختمر كتبي ببطء في ذهني دون أن أدرك ولو للحظة واحدة. وما شذ عن هذه القاعدة هو كتاب «هبة العلاج النفسي». ففي وقت

مغادرتي لمعرض الكتب الأكثر مبيعًا في عصر النهضة، علمت على الفور ما الكتاب التالي بالضبط. سأكتب كتابَ نصائح للمعالجين الشباب. ظهر في ذهني وجه مريضة: كاتبة عقدت معها جلسات قبل سنوات. فبعد التخلي عن استكمال روايتين، أعلنت أنها لن تبدأ رواية جديدة أبدًا إلى أن تأتي فكرة رواية وتعض مؤخرتها. في ذلك اليوم بهنتنجتون، عض الكتاب مؤخرتي، فوضعت كل شيء جانبًا وفي اليوم التالي بدأت الكتابة.

والعملية واضحة. فمنذ أيامي الأولى في ستانفورد أبقيت ملفًّا سميته «أفكار للتدريس»، وفيه دونت كل أفكاري ومقالاتي الصغيرة من عملي السريري. اقتحمت ملف «أفكار للتدريس» وانتزعت منه العديد من الفقرات. لم أكتب النصائح بترتيب معين، لكن في النهاية، راجعت ما كتبته وقسمته إلى خمس مجموعات:

1. *طبيعة العلاقة بين المعالج والمريض.*
2. *طرق استكشاف المخاوف الوجودية.*
3. *المشكلات المعتادة في ممارسة العلاج النفسي.*
4. *استخدام الأحلام.*
5. *مخاطر ومزايا العمل في العلاج النفسي.*

تمنيت في البداية كتابة 100 نصيحةٍ على غرار «100 نصيحة جيدة في الزراعة»، لكنني كنت استنزفت الملف مع وصولي إلى النصيحة رقم 84 (بدأت في الزيادة عليه مع استمراري في تقديم العلاج للمرضى، وبعد مرور تسع سنوات أضفت 11 نصيحة أخرى في طبعة ثانية).

ومن البداية رأيت العنوان في رأسي: سأعدل عنوان ريلكه وأسميه «رسائل إلى معالج شاب». لكن مع اقترابي من النهاية، وقعت مصادفة رائعة: دعتني بيزيك بوكس للمشاركة في سلسلة إرشادية بعنوان «رسائل إلى ..... شاب» (ضع مكان النقاط معالجًا أو رياضيًّا أو معارضًا أو كاثوليكيًّا أو محافظًا أو طاهيًا إلخ). ورغم ولائي التام لبيزك بوكس، فضلت ألَّا أشارك في السلسلة. لكن بما أنهم أعادوا استخدام عنوان ريلكه، احتجت إلى عنوان جديد. لم يعد «100 نصيحة للمعالجين» ممكنًا، وصوت الجميع لـ «84 نصيحةً للمعالجين». في النهاية اقترحت وكيلتي ساندي ديجكسترا «هبة العلاج النفسي». لم أتحمس للعنوان، ولكن لم آتِ بأفضل منه، وأحببته مع مرور السنين.

كتبت هذا الكتاب على عكس الطريقة المختصرة الإرشادية التي تستهدف حل المشكلات على المستوى المعرفي السلوكي الذي يتسم به العلاج النفسي تحت ضغط العوامل الاقتصادية. ظللت أقاتل ضد اعتماد الطب النفسي الزائد على الأدوية. ولا تزال هذه المعركة قائمة حتى اليوم، رغم طغيان الأبحاث التي تدل على أن النتائج الجيدة تعتمد على قوة ودفء وصدق العلاقة العلاجية والتعاطف الذي يملؤها. أتمنى أن يساعد «هبة العلاج النفسي» في الحفاظ على الإنسان والطريقة الإنسانية لمعالجة المعاناة النفسية.

من أجل هذا الهدف، استخدمت عن قصد لغة مستفزة. فإنني أبذل قصارى جهدي لإخبار الطلاب بعكس ما تعلموه تمامًا في برامج التدريب التي تركز على السلوك. «تجنب التشخيص»، و«ابتكر علاجًا جديدًا لكل مريض»، و«اترك اهتمامك بالمريض ينمو»، و«صفحة بيضاء؟ انسَ هذا وكن صادقًا»، و«تحقق من الهنا والآن في كل ساعة».

تؤكد عدة فصول في «هبة العلاج النفسي» على أهمية التعاطف ونقل ما عبر عنه قديمًا الكاتب المسرحي الروماني تيرينسك: «أنا إنسان، وليس شيء من الإنسان غريبًا عليَّ». يروي أحد الأقسام -بعنوان «التعاطف: النظر من نافذة المريض»- إحدى أقرب القصص السريرية إلى قلبي. خلال المراهقة، وقعت إحدى مريضاتي أسيرة صراع طويل ومرير مع والدها الرافض لكل شيء. تطلعت إلى رحلتهما حين يوصلها إلى الجامعة راغبة في الصلح وإطلاق بداية جديدة لعلاقتهما، فهذه هي الفرصة الوحيدة التي تجمعهما معًا لعدة ساعات. لكن تبيَّن أن الرحلة المنتظرة كارثة، إذ تصرف والدها بطبيعته وتذمر بإسهاب من الجدول القبيح المملوء بالقاذورات والمهملات على جانب الطريق، أما هي فلم ترَ أيَّ مهملات على الإطلاق في الجدول الجميل الريفي غير الملوث. نتيجة لذلك، يَئِست من والدها ولجأت إلى الصمت، وأمضى الاثنان بقية الرحلة (وحياتهما) يشيح أحدهما نظره عن الآخر. وبعد سنوات طويلة، كررت بالمصادفة الرحلة نفسها، وأصابها الذهول حين لاحظت أن على كل جانب من جانبي الطريق جدولًا مائيًّا مختلفًا. قالت بحزن: «هذه المرة كنت أنا السائق، والجدول الذي رأيته من نافذتي كان قبيحًا وملوثًا كما وصفه أبي». إلا أن الأوان فات، فوالدها مات ودُفن. لذلك أشجع المعالجين: «انظر من نافذة المريض. حاول أن ترى العالم كما يراه المريض».

وأنا أقرأ «هبة العلاج النفسي» الآن أشعر بانكشاف كبير، فكل حيلي وردودي مسطورة فيه ويراها الجميع. في وقت قريب، بكت مريضة في مكتبي وقلت لها: «لو استطاعت هذه الدموع الحديث، ماذا ستقول؟» حين أعدت قراءة الكتاب رأيت تلك الكلمات بالضبط في إحدى النصائح، وشعرت وكأنني أنتحل نفسي (وأملت ألا تكون قد قرأت الكتاب).

بعض النصائح تشجع المعالجين على التمسك بالصدق عن طريق الاعتراف بالأخطاء. فليست الأخطاء هي المهمة، بل ما تفعله بها. تشجع عدة نصائح الطلبة المعالجين على استخدام مفهوم «هنا والآن»، بمعنى أن يبقوا تركيزهم على ما يحدث في العلاقة بين المريض والمعالج.

تثير النصيحة الختامية في الكتاب «اعتز بمزايا العمل» مشاعري أكثر من غيرها. في كثير من الأحيان أُسأل عن سبب استمراري في ممارسة العلاج النفسي وأنا في عمر الخامسة والثمانين. تبدأ النصيحة رقم 85 (ومن المصادفة البحتة أنني في عمر الخامسة والثمانين الآن) بتصريح بسيط: عملي مع المرضى يثري حياتي لأنه يقدم لي معنى للحياة. نادرًا ما أسمع المعالجين يشتكون من فقدان المعنى. إننا نستمتع لا بمساعدة مرضانا على التغير فحسب، بل وبأملنا في أن يتجاوزهم التغيير إلى غيرهم.

كما أننا نتميز بدورنا كبئر للأسرار. فكل يوم يشرفنا المرضى باستوداع أسرارهم التي لم يشاركوها في الغالب مع أحد من قبل.

تتيح الأسرار رؤية كواليس الحالة الإنسانية دون الرتوش الاجتماعية أو الأدوار الظاهرية أو التباهي أو التظاهر المسرحي. وثقتهم فينا بمثل هذه الأسرار ميزة ينعم بها القليل. أحيانًا تحرقني الأسرار فأذهب إلى المنزل وأحتضن امرأتي وأعد النعم التي تغرقني.

كما أن عملنا يتيح لنا فرصة تجاوز ذواتنا ورؤية المعرفة الحقيقية والمأسوية للحالة الإنسانية. لكننا نحصل على المزيد. إننا نتحول إلى مستكشفين غارقين في أسمى المطالب: تطوير العقل الإنساني وتقويته. يدًا بيد مع المرضى، نذوق حلاوة الاستكشاف، والتجربة الباهرة حين تتراكب شظايا الأفكار المتباينة معًا وتبني جسمًا متناسقًا. أحيانًا أشعر وكأنني مرشد يرافق الآخرين في رحلة بين غرف منازلهم. يا لمتعة

مشاهدتهم يفتحون أبوابًا لم يدخلوها من قبل، ويستكشفون غرفًا في بيوتهم لم تُطأ تحوي قطعًا من هوياتهم الجميلة المبدعة.

مؤخرًا حضرت صلاة الكريسماس في كنيسة ستانفورد لسماع خطبة القسة جين شو التي أكدت على أهمية الحب والرحمة. تأثرت بدعوتها لتحويل هذه المشاعر إلى أفعال كلما استطعنا. فالأفعال المجسدة للمراعاة والكرم قادرة على إثراء أي بيئة نجد أنفسنا فيها.

شجعتني كلماتها على إعادة النظر في دور الحب في مهنتي. أصبحت واعيًا إلى أنني لم أستخدم قطُّ -ولا مرة- كلمات «الحب» و«الرحمة» في نقاشاتي للعلاج النفسي. يا له من سهو ضخم أتمنى الآن أن أصححه، لأنني أرى دائمًا مشاعر الحب والرحمة في عملي وأفعل كل ما يمكنني لمساعدة المرضى على تحرير حبهم وكرمهم. إن لم أشعر بهذه المشاعر تجاه مريض معين، فمن غير المرجح أن أتمكن من مساعدته بالكثير. وبالتالي، أحاول أن أبقى منتبهًا لشعوري بالمحبة أو غيابها تجاه مرضاي.

منذ فترة قصيرة جدًا، بدأت العمل مع جويس، وهي شابة مكتئبة وغاضبة تتعافى من جراحة كبيرة لسرطان خطير. ما إن دخلت المكتب، شعرت برعبها وطار قلبي من أجلها. مع هذا لم أشعر في جلستنا الأولى بالقرب منها. فرغم أنها تتألم بوضوح، فهي تبعث دائمًا رسالة أنها تسيطر على الوضع. وشعرت بالحيرة من شكواها المتذبذبة. ففي أسبوع تتحدث بأسى عن عادات جيرانها وأصدقائها المثيرة للأعصاب، وفي الأسبوع الذي يليه تشكو عزلتها. هناك شيء غريب، وكل أسبوع حين أفكر في جلستنا التالية، أجد نفسي أتألم. فكرت أحيانًا في إحالتها إلى معالج آخر، لكنني صرفت هذه الفكرة لأنها قرأت الكثير من كتبي، وأكدت من البداية أنها قابلت الكثير من المعالجين وأنا ملجؤها الأخير.

خلال جلستنا الثالثة، حدث شيء غريب: أدركت فجأة أنها تشبه بشدة ألين، زوجة صديق مقرب، وأنني في بعض الأحيان أشعر شعورًا عابرًا وغريبًا أنني أتحدث إلى ألين لا جويس. وكلما حدث هذا، كان عليَّ جذب نفسي بسرعة إلى الواقع. ورغم أنني على وفاق الآن مع ألين، فقد وجدت نفسي في البداية أستثقلها. ولو لم تكن زوجة صديقي لتجنبتها تمامًا. وتساءلت، أمن الممكن أن يكون عقلي اللاواعي نقل بطريقة غريبة انزعاجي من ألين إلى جويس؟

بدأت جويس جلستنا الرابعة على غير عادتها. فبعد صمت قصير قالت: «لا أعلم بِمَ أبدأ». وبما أني أعلم أننا يجب أن نركز على علاقتنا المضطربة أجبتها: «أخبريني كيف شعرت في نهاية جلستنا السابقة؟».

وقد تجنبت في السابق مثل هذا السؤال، لكنها أذهلتني اليوم بقولها: «تمامًا كما أشعر بعد كل جلسة من قبلها: شعورًا كريهًا، وارتباك تام، ومعاناة لساعات بعدها».

- آسف لسماع هذا، لكن تحدثي أكثر يا جويس. كيف عانيت؟

- علمك واسع وكتبك كثيرة، ولهذا اتصلت بك، لأنك حكيم. لكني أشعر بالدونية الشديدة، وأعلم أنك تراني نكرة. أنا متأكدة من أنك تعرف كل شيء عن مشكلتي لكنك لا تخبرني ما هي.

- أفهم كم هذا مؤلم بالنسبة إليك يا جويس، لكن في الوقت نفسه أنا سعيد لأنك تحدثت بصدق؛ هذا بالضبط ما يجب أن نفعله.

- إذًا لماذا لا تخبرني ما الخطب؟ ما مشكلتي؟ وكيف أحلها؟

- إنك ترفعين من قدري أكثر مما أستحق. لا أعلم ما مشكلتك، لكنني أعلم أننا نستطيع اكتشافها معًا. وأعرف أنك خائفة وأنك غاضبة. وفي ظل ما مررت به، أتفهم ذلك. لو كنت مكانك لشعرت مثلك. يمكنني مساعدتك لو استكملنا العمل بطريقة اليوم نفسها.

- لكن لماذا أشعر بهذه المشاعر؟ لماذا أشعر أنني لا أستحق وقتك؟ ولماذا تسوء حالتي؟

عرفت ما يجب أن أفعل وانطلقت فورًا. «دعيني أقول لك شيئًا ربما من المهم أن تسمعيه». ترددت، لأن هذا إفصاح ثقيل، وشعرت أنني لست واثقًا من نفسي. «أنت تشبهين جدًّا زوجة أحد أصدقائي المقربين، وفي جلستنا السابقة ظننت مرتين للحظات عابرة أنها هي التي تجلس أمامي لا أنت. ورغم أنني على وفاق الآن معها، لكننا لم نتفق في البداية، إذ وجدتها حادة ومنفرة ولم أستمتع بوجودها. أقول لك هذا لأنني -وأنا أعرف أن هذا غريب وأشعر بالحرج منه- ربما نقلت هذه المشاعر الموجهة لها أصلًا إليك. وأعتقد أنك ربما شعرت بهذه المشاعر».

عمَّ الصمت للحظات، وأضفت: «لكن يا جويس، أريد أن أكون واضحًا، هذه ليست مشاعري تجاهك. أنا في صفك تمامًا، وأشعر تجاهك بالتعاطف وكلي التزام بمساعدتك».

بدت جويس مذهولة وانهمرت الدموع على خديها. «شكرًا على هذه الهبة. لقد رأيت الكثير من الأطباء النفسيين لكن هذه أول مرة يشارك أحدهم معي شيئًا شخصيًّا. لا أريد أن أغادر مكتبك اليوم، أريدنا أن نتحدث على مدار 12 ساعة قادمة. ينتابني شعور جيد».

تلقت مريضتي إفصاحي بالروح التي قدمته بها، ومنذ ذلك الوقت تغير كل شيء. لقد عملنا جيدًا وبجد، وتطلعت بعدها إلى جلساتنا. كيف أصف تدخلي هذا؟ أعتقد أنه فعل نابع من الرحمة والحب. لا أستطيع العثور على كلمات غير هاتين.

الفصل الرابع والثلاثون

عامان مع شوبنهاور

لطالما ركزت قراءاتي الفلسفية على مدرسة فلسفة الحياة التي يهتم مفكروها بمعنى الحياة وقيمها. ومن بين هؤلاء الكثير من فلاسفة اليونان القدماء، بالإضافة إلى كيركجارد، وسارتر، وبالطبع نيتشه. ولم أكتشف سوى لاحقًا الفيلسوف آرثر شوبنهاور صاحب الأفكار التي مهدت لنظريات فرويد حول التأثير اللاواعي للدوافع الجنسية. في رأيي، هيأ شوبنهاور الأرض لنشأة العلاج النفسي. وكما يقول فيليب، الشخصية التي ابتكرتها في رواية «علاج شوبنهاور»: «لولا شوبنهاور، ما كان فرويد».

وشوبنهاور فيلسوف وقح وجريء ومفرط في العزلة. وكان دون كيخوت القرن التاسع عشر، إذ هاجم جميع القوى، بما فيها القوى الدينية. كما أنه رجل معذَّب، وكثير من الطاقة التي أنتجت عمله نابعة من تعاسته وتشاؤمه وبغضه الدائم للناس. تأمل تصوره للعلاقات البشرية التي لخصها في معضلة القنفذ: تدفع البرودة القنافذ إلى الالتصاق ببعضها للدفء، لكن بتلاصقها تخز بعضها بعضًا بشوكها.

في النهاية تكتشف القنافذ أن الأفضل ترك بعض المسافة بينها. ومن ثم، يُنصح أي إنسان يملك فائضًا من الدفء الداخلي (كشوبنهاور) بالابتعاد تمامًا عن الآخرين.

أذهلني تشاؤم شوبنهاور الشديد حين تعرفت عليه أول مرة. أتساءل كيف استمر في التفكير والعمل مع هذا اليأس. ومع الوقت فهمت أنه آمن بأن الفهم يستطيع تخفيف العبء عن كاهل أشد الشخصيات بؤسًا. ورغم أننا كائنات قصيرة البقاء، نستمتع بالفهم حتى حين تكشف تلك المعرفة أبسط دوافعنا، وتواجهنا بقصر الحياة. وقد كتب في كتاب «في بطلان الوجود»:

«لا يسعد الإنسان أبدًا، لكنه يقضي حياته بأسرها ساعيًا خلف شيء يعتقد أنه سيجعله سعيدًا، ونادرًا ما يحقق غايته، وإن فعل فستصيبه خيبة الأمل، لأنه في الحقيقة كحطام سفينة وصلت إلى الميناء دون صارٍ أو حبال. وبعدها يكتشف أن الحال واحد سواء عاش في سعادة أو شقاوة، لأن حياته لم تكن يومًا أكثر من اللحظة الحاضرة التي ما تنفك تتلاشى، والآن انتهت».

علاوة على مثل هذا التشاؤم الشديد، عذبت شوبنهاور رغباته الجنسية الشديدة، وأدى عدم قدرته على فهم الآخرين فهمًا غير جنسي إلى سوء مزاجه المزمن. لذلك لم يشعر بالسعادة إلا وهو طفل قبل النضج الجنسي وبعد تقدمه في السن حين خمدت شهواته. على سبيل المثال: في عمل من أهم أعماله كتاب «العالم إرادة وتمثلًا» كتب قائلًا:

«لأن النشاط الرهيب للجهاز التناسلي لا يزال خاملًا، في حين يتمتع نشاط الدماغ بنشاطه الكامل، فالطفولة هي وقت البراءة والسعادة، وجنة الحياة، إنها عدن المفقودة التي ننظر إليها بحنين على مدار ما تبقى من حياتنا».

ولن تجد عند شوبنهاور أي تطمينات، فتشاؤمه لا هوادة فيه:

«في نهاية حياته، لا يتمنى أي رجل -إن حُفظ له صدقه وملكات عقله- أن يعيد الحياة تارة أخرى. بل سيفضل كثيرًا أن يختار الفناء التام».

كلما ازدادت معرفتي بآرثر شوبنهاور، وجدت حياته مأسوية. وكم من الحزين أن تجد أحد أعظم عباقرتنا في عذاب لا يتوقف. ويبدو لي أنه كان رجلًا يحتاج باستماتة إلى العلاج النفسي. فعلاقته بوالديه تمثل دراما أوديبية صارخة. في البداية أغضب والده برفضه العمل في تجارة العائلة. وكان يعشق والدته -وهي روائية شهيرة-، وعندما انتحر والده، حاول آرثر البالغ 16 عامًا محاولات مستميتة للسيطرة عليها حتى قطعت علاقتها به في النهاية، ورفضت مقابلته لمدة 15 عامًا حتى وفاتها. وأرعبه فكرة أن يُدفن قبل وفاته حقًّا لدرجة أنه أمر في وصيته بعدم دفنه لعدة أيام، حتى وجد أهل الريف القريب رائحة جثته.

وأنا أفكر في حياته الحزينة، بدأت أتساءل هل كان العلاج النفسي ليساعد شوبنهاور. فلو استشارني، هل كنت لأجد طريقة أريحه بها؟

وبدأت أتخيل مشاهد من علاجي له، وبالتدريج بُني في ذهني إطار لرواية عن شوبنهاور.

تخيل شوبنهاور في جلسات العلاج النفسي. نعم، يا له من تحدٍّ فكري لذيذ. لكن من يستطيع علاجه في هذه القصة؟ لقد ولد شوبنهاور في عام 1788، قبل قرن من أول شعاع لفجر العلاج النفسي. فكرت في عالم يسوعي سابق يتصف بالرحمة والعلم، ومتخصص في الفلسفة ليستطيع تقديم جلسات تأملية مركزة تغري شوبنهاور بحضورها. وكان للفكرة محاسنها، فخلال حياة شوبنهاور لم يجد المئات من اليسوعيين عملًا في ذلك الوقت، لأن البابا حل التنظيم اليسوعي في عام 1773، ولم يُعد تشكيله إلا بعد مرور 41 سنة. إلا أن هذه الحبكة لم تصل إلى شكل متماسك وتخليت عن الفكرة.

قررت عوضًا عن ذلك استنساخ شوبنهاور: فيلسوف موهوب معاصر يملك ذكاء شوبنهاور واهتماماته وصفاته (ومن بينها: كراهية الناس، والكبت الجنسي، والتشاؤم). وبهذا حبلت أفكاري بفيليب. وسأضع فيليب في القرن العشرين بعدما أصبح العلاج النفسي متاحًا، لكن أيَّ نوع من أنواع العلاج النفسي سيكون فعَّالًا مع فيليب؟ احتاجت مثل هذه المشكلات الاجتماعية الشديدة إلى علاج جماعي مركز. ولإقامة علاج جماعي، أحتاج إلى معالج خبير وبارع. هنا اخترعت يوليوس، الممارس الحكيم المتقدم في السن الذي يستخدم نهجًا يشبه نهجي في العلاج الجماعي.

بعدها بنيت الشخصيات الأخرى (أعضاء المجموعة العلاجية)، وقدمت فيليب إلى المجموعة، ثم تركت للشخصيات حرية التفاعل مع بعضها بعضًا. ولم أملك صيغًا مجهزةً سابقًا، وإنما سجلت الفعل فور نشوئه في مخيلتي.

فكر في الأمر. تدخل نسخة شوبنهاور مجموعة علاجية، فتخلق الزوابع، وتتحدى القائد، وتثير غضب الأعضاء، لكنها تتغير بصورة درامية. تخيل الرسالة التي سأوجهها لأهل مجالي: إذا أمكن للعلاج الجماعي مساعدة شوبنهاور -كبير المتشائمين وعمدة كارهي الناس على مر العصور- فبإمكانه مساعدة أي أحد.

لاحقًا، حين أنظر إلى الرواية بعد انتهائها، أدرك أنها قد تكون أداة تعليمية جيدة للمعالجين الجماعيين، وفي كثير من أجزاء النسخة الخامسة من كتابي التدريسي عن العلاج الجمعي، أحيل الطلبة إلى صفحات عديدة من الرواية التي تصور بشكل درامي المبادئ العلاجية.

كتبت الرواية بطريقة غير معتادة، فعدلت الفصول بحيث توافق جلسات المجموعة العلاجية السيرة الذاتية النفسية لشوبنهاور. وأظن أن الكثير من القراء احتاروا من هذا الترتيب، بل إنني خلال الكتابة، علمت أنه ترتيب ملغم. لكن كنت متأكدًا من أن السيرة الذاتية لشوبنهاور ستساعد القارئ على فهم فيليب، بديل شوبنهاور في القصة. مع هذا، فهذا ليس السبب الوحيد: أعترف أنني أصبحت مبهورًا بأعمال شوبنهاور وحياته وروحه لدرجة أنني لم أستطع تفويت فرصة تأمل تكوين شخصيته. ولم أستطع كذلك مقاومة استكشاف الطرق التي مهد بها شوبنهاور لفرويد وأعد الساحة لظهور العلاج النفسي.

أعتقد أن هذا الكتاب هو أفضل دليل على فاعلية العلاج الجماعي من بين ما كتبت. وقد كان يوليوس المعالج الذي أسعى دائمًا إلى أن أكونه. ومع ذلك، يصاب في الكتاب بورم ميلانيني خبيث لا علاج له. ورغم مرضه، يواصل العثور على معنى حتى قرب وفاته في تحسين حياة أعضاء مجموعته. إنه منفتح، وكريم، ويركز على الحاضر، ويبذل

كل ما تبقى لديه من طاقة لمساعدة الأعضاء على استكشاف علاقاتهم ببعضهم بعضًا والتعرف على أنفسهم.

وجدت اختيار اسم الرواية مهمة سهلة على غير العادة. فما إن هبط اسم «علاج شوبنهاور» على رأسي حتى تبنيته. وأحببت فيه المعنى المزدوج: شوبنهاور هو الشخص الذي يُقدم إليه العلاج، وشوبنهاور هو المفكر الذي يقدم علاجًا لنا جميعًا.

بعد نشر الرواية بـ 12 عامًا، لا تزال حية إلى حد كبير. وتعمل شركة أفلام تشيكية على إنتاجها في صورة فيلم. يتوقع «علاج شوبنهاور» كذلك ظهور حقل الفلسفة السريرية كما علمت من رواد في هذا المجال.

قبل عدة سنوات في الحفل السنوي للجمعية الأمريكية للعلاج الجماعي بسان فرانسيسكو، شاهد جمهور كبير من المعالجين الجماعيين مولين ليسزكز -تلميذي سابقًا والكاتب المشارك في الطبعة الخامسة من كتابي التدريسي للعلاج الجمعي- يقود اجتماعًا على مدار نصف يوم للممثلين الذين سيلعبون دور أعضاء المجموعة في الرواية. اختار بن ابني الممثلين، وأخرج العملية، ولعب دورًا أمام الكاميرا. لم يحصل الممثلون على نصٍّ جاهز، لكنهم تلقوا تعليمات بتخيل أنفسهم جالسين في مجموعة علاجية مع الالتزام بشخصياتهم، ثم التفاعل بتلقائية مع الأعضاء الآخرين. وشاركت أنا بمناقشة أحد أجزاء الحوار. كما عمل ابني الآخر -ڤيكتور- على تحرير فيلم للحدث، وأتاح الفيديو على موقعه التعليمي. وكم ملأتني السعادة وأنا أشاهد شخصياتي الخيالية متجسدةً وتتفاعل.

الفصل الخامس والثلاثون

التحديق إلى الشمس

توفيت أختي جين وأنا أكتب هذا الكتاب. تكبرني جين بسبع سنوات، وكانت صاحبة روح لطيفة وأحببتها بشدة. بعد أن كبرنا أقامت هي على الساحل الشرقي وأنا على الغربي، إلا أننا تحدثنا عبر الهاتف مرة في الأسبوع، وكلما ذهبت إلى واشنطن نزلت عندها وزوجها مورتون، وهو طبيب قلب رحَّب بنا دائمًا وأغدق علينا بكرم.

أُصيبت جين بخرف شديد وفي زيارتي الأخيرة إلى واشنطن قبل بضعة أسابيع من وفاتها، لم تعرفني. ولأنني شعرت بفقدها بالفعل، لم يهزني خبر موتها على المستوى الواعي. بل إنني رحبت بالخبر معتبرًا إياه راحة لها ولأسرتها، وفي اليوم التالي أخذت طائرة أنا ومارلين إلى واشنطن لحضور جنازتها.

نويت أن أبدأ كلمتي في تأبينها بحكاية قصة عن جنازة أمنا في واشنطن قبل 15 عامًا. في هذه المناسبة، حاولت تكريم ذكرى أمنا عن طريق خبز «الكيشل» -وهي وصفة حلوى قديمة-، وتقديمه خلال اجتماع العائلة بعد الجنازة. وقد كان شكله جيدًا ورائحته رائعة، لكن للأسف بلا طعم؛ لقد اتبعت وصفتها بالضبط لكن نسيت إضافة السكر.

جين كانت دائمًا كريمة وسخية، ومقصدي من حكاية هذه القصة هو إبراز لطف أختي بقولي إنني لو كنت أخبز الكيشل لها، لما نسيت السكر. لكن رغم أنني وصلت إلى الجنازة وأنا أشعر برباطة الجأش وعدم الوعي بحزني العميق، انهرت بالبكاء تمامًا خلال كلمتي، وعدت إلى كرسيي دون إنهائها.

جلست في الصف الأول بالقرب من تابوت أختي الخشبي البسيط. وحين هبت ريح قوية أثارت المقبرة، رأيت التابوت يهتز. ورغم عقلانيتي الشديدة، لم أستطع دفع فكرة غريبة وسوست لي أن أختي تحاول الخروج من تابوتها، وجلست أصارع الرغبة في الفرار من المقبرة. كل تجاربي مع الموت، ومرافقتي المرضى حتى آخر لحظة من حياتهم، وكل انفصالي النفسي البارز وعقلانيتي فيما يتعلق بالموت، كلها تبخرت أمام رعبي.

صدمتني هذه الواقعة. فمنذ عقود وأنا أحاول فهم توتري الشخصي من الموت وتخفيفه. وقد عكست هذه المخاوف في رواياتي وقصصي، وعكستها على شخصياتي الخيالية. ففي «علاج شوبنهاور»، أعلن يوليوس -قائد المجموعة- أنه شُخِّص بمرض عضال، وحاول أعضاء المجموعة مواساته. وحاولت إحدى الحاضرات وتُدعى بام التخفيف عنه باقتباس فقرة من مذكرات فلاديمير نابوكوف «تحدثي أيتها الذاكرة» التي وصفت الحياة بشرارة بين ظُلمتين متساويتين، ظلمة ما قبل الولادة وظلمة ما بعد الموت.

وفورًا أجاب فيليب -الذي كان نسخة شوبنهاور- بطريقته المتعالية المعتادة قائلًا: «لا بدَّ أن نابوكوف التقط الفكرة من شوبنهاور، الذي قال إن بعد الموت سيكون كما قبل الولادة، ثم بدأ يثبت أن من المستحيل وجود أكثر من نوع واحد من العدم».

قالت بام مغضبة من فيليب: «تعتقد أن شوبنهاور قال ما قد يشبه ذلك. يا لأهمية هذا».

أغلق فيليب عينيه وبدأ في التلاوة من ذاكرته: «يجد المرء نفسه في دهشة كبيرة موجودًا فجأة بعد آلاف وآلاف السنوات من عدم الوجود، ويعيش فترة وجيزة ثم مرة أخرى تأتي فترة كالأولى يجب ألا يوجد فيها كذلك». نقلت هذه المقولة من مقال لشوبنهاور بعنوان «ملاحظات إضافية على عقيدة بطلان الوجود». أهذا قليل الشبه يا بام؟».

ذكرت هذه الفقرة بسبب ما لم تتضمنه: عبارات شوبنهاور ونابوكوف كلها ترجع في أصولها إلى أبيقور -الفيلسوف اليوناني القديم- الذي اعتبر أن المصدر الرئيس لمأساة الإنسان هو الخوف الدائم من الموت. ولتخفيف هذا الخوف، وضع أبيقور سلسلة من الأدلة العلمانية للتلاميذ في مدرسته بأثينا وقرَّر أن يتعلموها كما يتعلمون النصوص الدينية. من بين هذه الأدلة «دليل التماثل» المشهور الذي يقول إن حالة العدم بعد الموت مماثلة لحالة العدم قبل الولادة، ورغم هذا لا نربط حالة ما قبل الوجود بأي نوع من القلق. وقد هاجم الفلاسفة عبر العصور هذا الدليل، ورغم هذا أراه جميلًا في بساطته وله قوة كبيرة، فهو يقدم الراحة للكثير من المرضى ولي كذلك.

وأنا أقرأ عن دليل أبيقور لتخطي الرعب من الموت، باغتتني فكرة كتابي التالي وجعلتني متحمسًا لشهور طويلة جدًّا. إليكم الفكرة: كابوس رهيب يرعب رجلًا. رأى نفسه في الغابة ليلًا ووحش مرعب ما يطارده. جرى حتى كلَّ من الجري، وتعثر، فشعر أن المخلوق يقفز عليه، وأدرك أن موته حان. استيقظ صارخًا وقلبه ينبض وعرقه يغرقه. قفز من السرير وارتدى ملابسه بسرعة، وفر من غرفة نومه ومن منزله،

وانطلق يبحث عن شخص ما، أي شخص يعينه على الرعب من الموت، ولا يهم أكان مسنًّا أو مفكرًا أو معالجًا أو قسًّا أو طبيبًا.

تخيلت تأليف كتاب يتألف من ثمانية أو تسعة فصول، كل فصل يبدأ بالفقرة نفسها: الكابوس، والاستيقاظ، والانطلاق للبحث عن العون على الرعب من الموت. ستجري أحداث كل فصل في قرن مختلف. فالفصل الأول ستقع أحداثه في القرن الثالث قبل الميلاد في أثينا، وسيندفع الحالم إلى منطقة أجورا -وهي جزء من أثينا ضم الكثير من المدارس الفلسفية المهمة-. وسيمر بالأكاديمية التي أسسها أفلاطون التي يقودها حينها ابن أخيه سبوسيبوس، وسيمر بالليسيوم، مدرسة أرسطو، وسيمر بجوار مدارس الرواقيين والكلابيين، وأخيرًا سيصل إلى وجهته: حديقة أبيقور، حيث سيُسمح له بالدخول عند شروق الشمس.

وربما تجري أحداث فصل آخر في فترة القديس أغسطين، وفصل ثالث في فترة الإصلاح، ورابع خلال أواخر القرن الثامن عشر في حياة شوبنهاور، وخامس في أيام فرويد، وربما كذلك أيام سارتر وكامو، ومن الممكن تخصيص فصل تجري أحداثه في بلد مسلم أو بوذي.

عملت بالتدريج. فقررت كتابة جزء أبيقور في اليونان في عام 300 قبل الميلاد كاملًا، ثم الالتفات إلى الفترات الزمنية اللاحقة عليه. وبحثت على مدار أشهر في تفاصيل الحياة اليومية في اليونان خلال هذه الحقبة، وملابسهم، وما يتناولونه على الفطور، وعاداتهم اليومية. ودرست النصوص التاريخية والفلسفية القديمة والجديدة، وقرأت روايات تجري أحداثها في اليونان القديم (من تأليف ماري رينو وغيرها)، وفي النهاية أدركت حقيقة حزينة أن البحث اللازم لكتابة هذا الكتاب والفصول التي تجري فترات زمنية أخرى سيستغرق ما تبقى من حياتي. وبأسى كبير

تخليت عن المشروع. هذا هو الكتاب الوحيد الذي بدأت كتابته ولم أُنْهِهِ قطُّ.

وعوضًا عنه، قررت مناقشة عمل أبيقور في كتاب غير خيالي عن القلق من الموت، وتحول هذا الكتاب إلى «التحديق إلى الشمس»، الذي نُشر في عام 2008. يتتبع «التحديق إلى الشمس» أفكاري حول الموت النابعة من عملي مع مرضى أصحاء وكذلك أصحاب الأمراض العضال. واقتبست عنوان الكتاب من حكمة تعود إلى القرن السابع عشر من كلمات فرانسوا دي لاروشفوكو: «لا يستطيع المرء التحديق مباشرة إلى قرص الشمس ولا وجه الموت». ورغم استعمالي لهذه الحكمة في عنوان الكتاب، فإنني أعارضها في الكتاب عن طريق التأكيد على أن منافع كثيرة قد تأتي من التحديق مباشرة إلى وجه الموت.

ورسمت هذه الفكرة ليس فقط من خلال القصص السريرية، بل ومن خلال القصص الأدبية القصيرة. على سبيل المثال: يبدأ إبنيزر سكروج في رواية «ترنيمة عيد الميلاد» لديكنز القصة بوصفه كائنًا بخيلًا ومنعزلًا، ولكنه يتحول في النهاية إلى رجل طيب وكريم ومحبوب. ما سبب هذا التحول؟ لقد أعطى ديكنز سكروج جرعة قوية من العلاج بالصدمة الوجودية عندما أراه شبح عيد الميلاد القادم موضع قبره وتمكن من قراءة اسمه على شاهد القبر.

خلال كتاب «التحديق إلى الشمس»، تعمل مواجهة الموت كتجربة إيقاظ. تجربة تعلمنا كيف نعيش حياة أثرى. ويرى المعالجون المعتادون على هذه العملية ذلك كثيرًا. فكما ذكرت سابقًا، في عملي السريري كثيرًا ما أقترح على المريض أن يرسم خطًّا على ورقة ويتخيل أن أحد طرفيه يمثل مولده والآخر يمثل وفاته. ثم أطلب منه الإشارة

إلى موضعه على هذا الخط، والتفكير في ذلك لبضع لحظات. يبدأ فيلم «علاج يالوم» بصوتي وأنا أقترح هذا التدريب.

خلال تدريبي كطبيب نفسي، لم أسمع مرة مناقشة لموضوع الموت في ندوات العلاج النفسي أو في نقاشات الحالات. كان الوضع وكأن المجال بأسره يسير وفقًا لنصيحة أودلوف ماير -عميد الأطباء النفسيين الأمريكيين لفترة طويلة-: «لا تحك موضعًا لا يحتاج إلى الحك»، أو بكلمات أخرى، لا تثر مواضيع متعبة ما لم يثرها المريض، وبخاصة في مجالات قد تتجاوز قدراتنا على استيعابها. أما أنا فموقفي هو النقيض تمامًا: بما أن الموت يحتك بنا طوال الوقت، فثمة فائدة كبيرة في مساعدة المرضى على استكشاف موقفهم منه.

أتفق تمامًا مع الروائي التشيكي الوجودي ميلان كونديرا، الذي كتب أن النسيان يذيقنا طعم الموت. بكلمات أخرى، ما يرعبنا من الموت ليس خسارة المستقبل فحسب، بل كذلك خسارة الماضي. حين أعيد قراءة كتبي التي ألفتها، كثيرًا ما أفشل في تذكر وجوه وأسماء المرضى الذين كتبت عنهم؛ لقد أخفيتهم جدًّا لدرجة أنني لا أستطيع التعرف عليهم. وأحيانًا أتألم حين أفكر في الساعات الحميمة والموجعة التي قضيتها مع أشخاص لا أتذكرهم تمامًا الآن.

أعتقد أن قلق الموت يكمن وراء الشكاوى التي يشكو منها العديد من المرضى. ولنتأمل على سبيل المثال الانزعاج الذي يصاحب أعياد الميلاد الرئيسة (الثلاثين أو الأربعين أو الخمسين)، الذي يذكرنا بمرور الزمن الذي لا مفر منه. مؤخرًا، جلست مع مريضة وصفت مرورها بليالٍ عديدة ترى فيها كوابيس مرعبة. ففي إحدى الليالي هدد شخص اقتحم بيتها بقتلها، وفي ليلة أخرى شعرت وكأنها تسقط من الفضاء. وذكرت أن عيد ميلادها الخمسين يقترب، وأنها تخشى الحفل الذي ستقيمه أسرتها.

شجعتها على استكشاف الدلالات الكثيرة لفكرة بلوغ الخمسين. فقالت إنها تشعر بأن الخمسين هو سن الشيخوخة حقًّا، وإنها تذكر كيف بدت أمها حين بلغت الخمسين. وقد مات أبواها في أواخر الستينات من عمرهما، ومن ثم تعلم أن ثلثي عمرها قد انقضى الآن. وقبل أن نلتقي، لم تكن قد تحدثت قطُّ بصراحة عن وفاتها، أو عن جنازتها، أو عن معتقداتها الدينية، ورغم أن جلساتنا كانت مؤلمة، أعتقد أن كشف غموض هذه العملية منحها في النهاية الراحة. إن القلق من الموت يكمن في العديد من الأحداث المهمة التي نمر بها: في متلازمة العش الفارغ، والتقاعد، وأزمة منتصف العمر، وحفلات التخرج في المدارس الثانوية والكليات، فضلًا عن حزننا على وفاة الآخرين. أعتقد أن أغلب الكوابيس تنبع من القلق من الموت الذي هرب من حظيرته.

والآن وأنا أكتب هذه الأسطر، بعد 10 سنوات من كتابة «التحديق إلى الشمس» -و10 سنوات أقرب من موتي- لا أعتقد أنني أستطيع الكتابة بهدوء عن الموضوع كما فعلت حينها. فخلال السنة الأخيرة، لم أفقد أختي فحسب، بل كذلك ثلاثة من أقدم وأقرب أصدقائي: هيرب كتز، ولاري زاروف، وبوب بيرجر.

لاري وهيرب كانا زميليَّ في الدراسة خلال الكلية ودراسة الطب. وكنا شركاء في دراسة علم التشريح وتشريح الجثث، كما أقمنا معًا في غرفة واحدة في أثناء فترة التدريب. علاوة على ذلك، ذهبنا نحن الثلاثة مع زوجاتنا إلى العديد من أماكن الإجازة: جبال بوكونو، والشاطئ الشرقي لميريلاند، ووادي هدسون، وكيب ماي، ووادي نابا. وأحببنا الأيام والليالي التي قضيناها معًا في التحدث، وركوب الدراجات، ولعب الألعاب، وتشارك الطعام.

عمل لاري طويلًا جراح قلب في روشيستر بنيويورك، لكنه بعد 30 عامًا من الممارسة، غير مجاله وحصل على دكتوراه في تاريخ الطب من جامعة ستانفورد. وفي سنواته الأخيرة درس الأدب إلى طلبة الجامعة وطلبة الطب قبل وفاته المفاجئة من تمزق الأبهر المتمدد. في كلمة التأبين خلال جنازته، حاولت تلطيف الأجواء بحكاية رحلتنا إلى جبال بوكونو نحن الستة خلال مرحلة الملابس السيئة من تاريخ لاري، إذ ارتدى لاري قميصًا قديمًا ومكرمشًا ونحن في مطعم فاره. تحدثنا معه جميعًا عن مظهره حتى وقف وترك الطاولة واختفى. ثم عاد بعد 10 دقائق بمظهر أنيق جدًّا؛ لقد اشترى قميصًا من النادل (لحسن الحظ امتلك النادل قميصًا زائدًا في خزانته). ورغم أنني رغبت في تلطيف الأجواء بهذه الحكاية خلال الجنازة، خنقتني دموعي وأصبح الحديث صعبًا للغاية.

أصيب هيرب، الذي تخصص في طب أمراض النساء ثم طب أمراض القولون، بالخرف تدريجيًّا. وقد عاش سنواته الأخيرة في حالة من الحيرة والألم الجسدي، لدرجة أنني شعرت -كما شعرت في حالة أختي- أنني فقدته قبل أن يموت بكثير. ولم أتمكن من السفر إلى واشنطن لحضور جنازته لتمكن مرض الإنفلونزا مني، إلا أنني أرسلت كلمتي مع صديق ليقرأها على قبر هيرب.

شعرت بالراحة من أجله وأسرته، إلا أن توترًا شديدًا أصابني في توقيت جنازته نفسه، حيث خرجت في نزهة بسيطة على قدمي في سان فرانسيسكو، وفجأة انفجرت في البكاء، وتذكرت مشهدًا لم أفكر فيه منذ سنوات طويلة. حين كنت أنا وهيرب طلبة في كلية الطب، لعبت أنا وهو بينوكل في أيام السبت مع عمه لوي، وهو أعزب أقام مع أسرة هيرب. ودائمًا ما بدأ لوي -وهو رجل جميل له ميل إلى الخوف المرضي- الليلة

بقوله إنه لا يظن أن يستطيع اللعب جيدًا الليلة لأن «شيئًا ليس على ما يرام في الأعلى»، مشيرًا إلى رأسه. واعتبرنا هذه إشارة لكل منا لإخراج السماعة الطبية الجديدة وجهاز قياس ضغط الدم، ومقابل خمسة دولارات، قسنا ضغط الدم، واستمعنا إلى دقات قلبه، وأعلنا أنه بصحة جيدة. كان لوي لاعبًا بارعًا يجعلنا نخسر الدولارات الخمسة بسرعة شديدة. وفي كل مرة تقريبًا، بحلول نهاية الأمسية، يكون قد استرد أمواله، بل وزيادة.

أحببت تلك الأمسيات، لكن العم لوي مات قبل وقت طويل، والآن فقدت هيرب كذلك، وأشعر بوحدة ثقيلة وأنا أدرك أنني لا أملك أي شاهد على هذا المشهد القديم. هذا المشهد أصبح موجودًا في عقلي وحده، في مكان ما وسط دوائري العصبية الغامضة، وحين أموت سيُمحى تمامًا. بالطبع أعرف هذه الأمور نظريًا منذ عقود، وقد أكدت عليها في الكتب والمحاضرات وساعات العلاج النفسي الطويلة، لكنني أشعر بها الآن، وأشعر أننا حين نهلك تختفي معنا جميع الذكريات الغالية السعيدة الفريدة.

أشعر بالحزن على بوب بيرجر كذلك، صديقي العزيز لأكثر من 60 عامًا، الذي مات بعد هيرب بأسابيع قليلة. فبعد إصابته بأزمة قلبية، ظل بوب غير واعٍ لعدة ساعات قبل إنعاشه، وخلال فترة الوعي القصيرة اتصل بي على الهاتف. وبأسلوبه المازح كعادته، قال بصوت أجش: «أحمل لك رسالة من الجانب الآخر». كان هذا كل ما قاله، ثم ساءت حالته بسرعة، ودخل في غيبوبة مرة أخرى وتوفي بعد أسبوعين.

التقيت أنا وبوب أول مرة في بوسطن خلال عامي الثاني من كلية الطب. ورغم أن كل واحد منا عاش على الساحل المقابل للآخر بعدها، ظللنا أصدقاء مدى الحياة، وبقينا على تواصل مستمر عبر الهاتف

والزيارات. وبعد 50 عامًا من لقائنا الأول، طلب مني أن أساعده في الكتابة عن حياته كمراهق حين غزا الألمان بلده الأصلي: المجر. أخبرني عن ادعائه المسيحية والمشاركة في المقاومة ضد الاحتلال النازي لبودابست. وحكى لي قصصًا لا تنقطع تشيب لها الرأس. على سبيل المثال: في نهاية عامه السادس عشر، تتبع هو ورفيق له في المقاومة صفوف اليهود الذين قُيدوا ببعضهم وأُجبروا على عبور غابات الدانوب، حيث سيُلقون في النهر ليغرقوا. لم يكن من أمل في إنقاذ الأسرى، لكن بوب وصديقه مرا بدراجة نارية، وألقيا قنابل يدوية لقتل الحراس النازيين. لاحقًا في أثناء سفر بوب لعدة أيام بحثًا عن أمه، سلَّم مالك عقاره شريكه في الغرفة الذي كان صديقه المقرب إلى النازيين. وقد سحبه النازيون إلى وسط الشارع وخلعوا بنطاله ليجدوا أنه مختون، وعندها ضربوه بالنار في بطنه وتركوه ليموت، محذرين من شهد من الناس من مساعدته ولو بشربة ماء. سمعت هذه القصص المريعة واحدة بعد الأخرى لأول مرة، وفي نهاية الأمسية قلت له: «بوب، نحن أصدقاء مقربون. نعرف بعضنا منذ 50 عامًا. لماذا لم تخبرني بأي من هذه القصص من قبل؟» أذهلتني إجابته: «لم تكن مستعدًّا لسماعها يا إرف».

لم أعترض؛ علمت أنه محق: لم أكن مستعدًّا لسماعها، ولا بدَّ أنني أوصلت له ذلك بطرق كثيرة. لقد تجنبت منذ فترة طويلة أي نوع من الاحتكاك بالهولوكوست. شعرت بالرعب حين كنت مراهقًا حين اقتحم الحلفاء معسكرات الاعتقال وأظهرت وسائل الإعلام القلة من الناجين الذين بدوا كالهياكل العظيمة، وجبال الجثث المنتشرة ونقلها بالآليات. وبعد عقود، حين ذهبت أنا ومارلين لمشاهدة فيلم «Schindler's List»، ذهبت بسيارة منفصلة لأنها تعلم أنني على الأرجح سأفر قبل

نهاية الفيلم. وقد فعلت. فبالنسبة إليَّ كانت الصيغة معروفة. إن رأيت أو قرأت شيئًا دمويًّا عن أهوال الهولوكوست، تجتاحني عاصفة من المشاعر: حزن رهيب، وغضب لا يطاق، وعذاب شديد، والتفكير فيما مر به الضحايا وفي نفسي لو كنت مكانهم (فوجودي على بر الأمان في أمريكا بدلًا من أوروبا محض حظ، وقد قُتلت أخت أبي وأسرتها بأسرها وزوجة عمي إيب وأطفاله الأربعة). لم أعبر عن مشاعري بصراحة لبوب، لكنه شعر بها بطرق كثيرة. وقد أخبرني أنني سمعت حكايته الأخرى عن الحرب، ورغم هذا لم أطرح عليه ولو سؤالًا واحدًا من قبل.

بعد مرور نصف قرن، مر بوب بتجربة مريعة في مطار بنيكاراجوا حين حاول شخص اختطافه. أصابته صدمة ثقيلة واتصل بي بعدها بفترة وجيزة وطلب مني الكتابة عن تجربته خلال مرحلة المراهقة في بودابست تحت الاحتلال النازي. وقضينا ساعات طويلة جدًّا معًا نناقش محاولة الاختطاف وجميع الذكريات التي أحيتها من سنوات الحرب.

وغزلت تجارب حياته كلها مع حكاية صداقتنا في رواية «I'm Calling the Police»، التي نُشرت في الولايات المتحدة في صيغة كتاب إلكتروني، ونُشرت ورقيًّا في ثماني دول أوروبية. وقد استوحيت اسم الرواية من واقعة تشيب الرأس مذكورة في الرواية. فرغم مرور أكثر من 60 عامًا على نهاية الحرب عند نشر الكتاب، خشي بوب من النازيين لدرجة أنه امتنع عن وضع اسمه الحقيقي على غلافه. وذكرته أن أيَّ نازي على قيد الحياة حينئذ سيكون في التسعينات من عمره وغير مؤذٍ، لكنه أصر على وضع الاسم المستعار روبيرت برينت على الطبعة الإنجليزية والمجرية. ولولا حملة إقناع شديدة لما وافق على وضع اسمه الحقيقي على الترجمات السبع، ومن بينها الألمانية.

دائمًا ما أذهلتني شجاعة بوب ومثابرته. فقد وصل إلى الولايات المتحدة يتيمًا قادمًا من مخيم للنازحين بعد الحرب العالمية الثانية وهو لا يتحدث كلمة من الإنجليزية. وبعد حضور أقل من عامين في مدرسة بوسطن الثانوية اللاتينية، قُبل في جامعة هارڤرد، حيث أبلى بلاءً حسنًا في كلية الطب وفوق ذلك لعب في فريق كرة القدم الجامعي. كل هذا وهو وحيد تمامًا في هذا العالم. بعد ذلك تزوج من بات دونز، وهي طبيبة وابنة طبيبين، وحفيدة هاري إيمرسون فوسديك، القس البارز لكنيسة ريڤرسايد المشتركة بين الطوائف في مانهاتن. وطلب بوب منها التحول إلى اليهودية قبل الزواج، فوافقت بات. حكى لي بوب أنه خلال عملية التحوُّل جرت الأمور بسلاسة حتى أعلن الحاخام أن قواعد الطعام اليهودية تمنع تناول المحاريات ومنها الكركند. وبما أنها قضت الكثير من حياتها المبكرة في مدينة مين، أذهلها ذلك. فقد تناولت الكركند طوال حياتها وشعرت أن هذا مبالغ فيه وقد يثنيها عن قرارها. وربما بسبب حرص الحاخام على إدخال حفيدة ذلك القس البارز إلى اليهودية، وبعد استشارة اتحاد الحاخامات وضع لها استثناءً نادرًا: يُسمح لها وحدها من بين جميع اليهود بأكل الكركند.

اختار بوب التخصص في جراحة القلب، وأخبرني أنه لم يشعر أنه حي بالمعنى الكامل إلا حين يمسك قلبًا نابضًا بين يديه. وقد حقق مسيرة مهنية استثنائية في هذا التخصص، وأصبح أستاذًا فيه بجامعة بوسطن، وكتب أكثر من 500 بحث وورقة سريرية في الدوريات المتخصصة، وأوشك على أن يُجري أول عملية زرع قلب في العالم قبل أن يسبقه جراح آخر يُدعى كريستيان بارنارد.

في نهاية عام 2015، بعد المعاناة من فقدان أختي وأقرب ثلاثة أصدقاء، عانيت عدة أسابيع الإنفلونزا، مع فقدان الشهية والوزن، ثم

نوبة حادة من التهاب المعدة والأمعاء بسبب التسمم الغذائي غالبًا، تسببت في إصابتي بالجفاف. وقد انخفض ضغط دمي إلى مستوى خطير لدرجة أن ابني ريد أخذني بسيارته من سان فرانسيسكو إلى غرفة الطوارئ بستانفورد، حيث بقيت هناك ليوم ونصف. وهناك تلقيت سبعة ليترات من السوائل الوريدية وعاد ضغطي ببطء إلى المستوى الطبيعي. وأنا أنتظر نتائج الأشعة المقطعية على البطن التي أجريها لأول مرة في حياتي، انتابني إحساس قوي بأنني ربما في مرض موتي. وقد بقيت ابنتي الطبيبة وزوجتي إلى جانبي وهونتا عليَّ، وحاولت أن أخفف عن نفسي باستخدام فكرة وظفتها كثيرًا في عملي مع مرضاي: كلما اشتد الشعور بتضييع الحياة، اشتد الرعب من الموت. هدأت هذه المعادلة من روعي لأنني وجدت ما أندم عليه في الحياة التي عشتها قليلًا.

حينما خرجت من المستشفى، بلغ وزني 139 رطلًا أي أقل بنحو 20 رطلًا من متوسط وزني. أحيانًا تخلق ذكرياتي المشوشة من تعليمي الطبي المشكلات. ففي هذا الموقف، أرعبتني مقولة طبية محفوظة: إذا فقد المريض وزنًا كبيرًا بسبب غير معروف، فكر في سرطان مستتر.

تخيلت أن بطني مملوء بالخلايا السرطانية المهاجرة. وخلال تلك الفترة هونت على نفسي بتجربة فكرية اقترحها ريتشارد دوكينز: تخيل بقعة ضوء شديدة الصغر تتحرك بلا توقف على مسطرة الوقت الطويلة. وكل ما تخلفه البقعة خلفها يضيع في ظلام الماضي، وكل شيء أمامها مختفٍ في ظلمة ما لم يأتِ بعد. وما تضيئه البقعة وحده هو الحي والواعي. واستتني هذه الفكرة لأنها جعلتني أشعر أنني محظوظ بالعيش في هذه اللحظة.

أفكر أحيانًا أن الكتابة نفسها هي سعيي للتغافل عن مرور الوقت والموت الذي لا مفر منه. يعبر فوكنر عن هذا بصيغة أفضل: «هدف كل فنان هو القبض على العاطفة ثابتة وإبقاؤها حتى يأتي في لحظة ما غريب يقرؤها فتعود إلى الحياة مرة أخرى». أومن أن هذه الفكرة تشرح مدى شغفي بالكتابة، وعدم رغبتي في التوقف عنها أبدًا.

أعامل بجدية شديدة فكرة أن المرء إن عاش حياة طيبة ولم يحمل ندمًا عميقًا، فإنه يواجه الموت بهدوء أكبر. وقد سمعت هذه الرسالة لا من الكثير من المرضى في نهاية حياتهم، بل أيضًا من الكثير من الكتَّاب أصحاب الأرواح العظيمة مثل تولستوي، الذي جزعت شخصيته الخيالية إيڤان إيليتش جزعًا شديد حين علمت أنها على وشك الموت لأنها عاشت حياة سيئة. كل تجاربي في القراءة والحياة علمتني أهمية العيش بطريقة لا أندم عليها قدر الإمكان عند الموت. وفي سنواتي التالية، بذلت جهدًا مقصودًا لأكون كريمًا ورفيقًا بكل من أقابل، وأمضي نحو نهاية الثمانينات بدرجة معقولة من الرضا.

ومما يذكرني بموتي بريدي الإلكتروني. فعلى مدار أكثر من 20 عامًا، تلقيت كمية كبيرة من رسائل المعجبين يوميًّا. وأحاول الإجابة عن كل رسالة، وأعتبرها شكلًا من أشكال تأمل الحب واللطف اليومي. ويسعدني أن أفكر أن عملي يقدم شيئًا لمن يكتبون إلي. لكنني أيضًا أدرك مع مرور السنوات أن العدد المتزايد من رسائل البريد الإلكتروني إنما هو مدفوع بالتعجل بسبب معرفة الناس بأنني لن أعيش طويلًا. وتزداد صراحة هذه الرسالة شيئًا فشيئًا، كما ظهر في رسالة جاءتني قبل بضعة أيام:

«... أردت الكتابة إليك منذ فترة طويلة، لكن ظننت أن الرسائل أكثر من أن تتعامل معها ولن تملك الوقت لقراءتها جميعًا. ثم فكرت أن أكتب لك رغم ذلك. فكما تقول أنت، عمرك يتقدم وقد لا تظل موجودًا لفترة طويلة وحينها سأكون قد تأخرت».

أو رسالة أخرى وصلتني في اليوم التالي:

«... لأقول هذا بصراحة، وأعتقد أنك ستقدر ذلك، أدرك أنك لن تظل موجودًا في وقت ما. ولا أريد أن أتعامل مع وجودك كأمر مفروغ منه وأندم لاحقًا على عدم التواصل معك حين يفوت الأوان... سيعني لي الكثير أن أتحدث إليك لأن أغلب من أعرفهم لا يهتمون بمناقشة الموت، ولم يبنوا علاقة شخصية بينهم وبين حقيقة أنهم سيموتون».

أحيانًا في السنوات الأخيرة، أبدأ محاضراتي بالتعبير عن تقديري لحجم الجمهور وأقول: «أعي أن مع تقدمي في السن، تنمو جماهيري أكثر وأكثر. وبالطبع هذا ثناء رائع. لكن حين أرتدي نظاراتي الوجودية، أرى الجانب المظلم وأتساءل: لماذا العجلة إلى رؤيتي؟».

الفصل السادس والثلاثون

أعمالي الأخيرة

كنت مراهقًا حين سمعت رد أينشتاين لأول مرة على نظرية الكم: «الرب لا يلعب النرد مع الكون». وكأغلب المراهقين المهتمين بالعلم، بجلت أينشتاين وتفاجأت بسماع أنه يؤمن بوجود إله. وهذه الحقيقة شككت في شكوكي الدينية، وسعيت إلى العثور على تفسير من مدرس العلوم في مدرستي الثانوية. أجابني: «إله أينشتاين هو إله سبينوزا».

سألته: «ماذا يعني هذا الكلام؟ ومن هو سبينوزا؟» علمت أن سبينوزا كان فيلسوفًا في القرن السابع عشر ورائدًا للثورة العلمية. ورغم أنه أشار إلى الإله في كتاباته، فقد طرده مجتمعه اليهودي بتهمة الهرطقة وهو في الرابعة والعشرين من عمره، ويعتبره الكثير من العلماء -إن لم يكن جميعهم- ملحدًا متخفيًا. أخبرني معلمي أن من الخطر أن يعبر سبينوزا عن شكوكه في وجود الإله خلال القرن السابع عشر، وأنه حمى نفسه باستخدام مصطلح «إله» دائمًا. لكن حينما يستخدم سبينوزا كلمة «إله»، يفهم أغلب المتخصصين أنه يعني القوانين المنظمة للطبيعة. تناولت قصة حياة سبينوزا من قسم السير الذاتية في المكتبة، ورغم أنني لم أفهم كثيرًا منها، اقتنعت بأنني يومًا ما سأتعلم المزيد عن بطل أينشتاين.

بعد سبعين عامًا، صادفت كتابًا أعاد إشعال اهتمامي. عرفت كيف رفض سبينوزا ربط نفسه بأي مجتمع ديني بعد طرده من المجتمع اليهودي. واستعاض عن ذلك بالعمل في طحن الزجاج لصناعة عدسات النظارات والمناظير، وعاش حياة مقتصدة في عزلة، وألف المسالك الفلسفية والسياسية التي غيرت مجرى التاريخ. واسم هذا الكتاب هو «Betraying Spinoza» للكاتبة ريبيكا جولدستين، وهي روائية وفيلسوفة. عكفت على التهام كتبها واحدًا تلو الآخر، لكن هذا الكتاب تحديدًا -الذي يجمع بين الخيال والفلسفة والسيرة- أشعل ذهني. ففكرة كتابة رواية عن سبينوزا موجودة أصلًا في ذهني، لكنني شعرت بوجود عقبة. فكيف أكتب رواية عن رجل عاش أغلب حياته تقريبًا في أفكاره، في عزلة تخلو من أي دسائس أو مغامرات رومانسية، وقضى حياته وهو بالغ مقيمًا في غرف مستأجرة ويعمل على طحن العدسات والخربشة بالريشة والحبر؟

لحسن المصادفة، دُعيت إلى أمستردام لإلقاء كلمة في جمعية المعالجين النفسيين الهولنديين. ورغم أنني نادرًا ما أتطلع للسفر إلى الخارج مع تقدمي في السن، رحبت بهذه الفرصة ووافقت على تقديم ورشة عمل بشرط أن ينظموا يومًا مخصصًا لسبينوزا، حيث يرافقني أنا وزوجتي مرشد مطلع إلى المواقع ذات الصلة بسبينوزا في هولندا: مسقط رأسه، ومساكنه المختلفة، وقبره، والأهم من كل ذلك: متحف سبينوزا الصغير في بلدة ريجنسبورج الصغيرة. وبعد عرض تقديمي دام يومًا كاملًا في أمستردام، انطلقت أنا ومارلين ومرشدينا -وهما رئيس جمعية سبينوزا الهولندية وفيلسوف هولندي واسع الاطلاع- في مهمتنا.

فزرنا الحي الذي قضى فيه سبينوزا طفولته في أمستردام، ورأينا المنازل التي سكنها فيما بعد، وقمنا برحلات القوارب نفسها التي كان

يركبها في القناة. وبهذا أصبحت لدي الآن العديد من التفاصيل البصرية عن هولندا التي عاش فيها سبينوزا، لكنني لم أقترب من صياغة السردية اللازمة لبناء رواية. لكن تغير كل هذا عندما زرت منزل سبينوزا. في البداية خاب أملي لأن متحف سبينوزا لم يحوِ أيًّا من متعلقاته الشخصية.

بل وجدت نسخة لمعدات طحن الزجاج التي استخدمها، ورسمة له رُسمت بعد موته. علاوة على ذلك، أخبرنا مرشدنا أن الرسمة قد لا تكون دقيقة فلا توجد له صورة رُسمت خلال حياته، وكل رسومات سبينوزا تستند إلى أوصافه المكتوبة.

ثم اتجهت إلى أهم معالم المتحف: مكتبة سبينوزا الشخصية التي تضم 151 كتابًا من القرنين السادس عشر والسابع عشر. كنت أتطلع إلى حمل الكتب التي لمستها أنامل سبينوزا على أمل أن تلهمني روحه. ورغم أنه لا يُسمح للجمهور بلمس الكتب، مُنِحت إذنًا خاصًّا. وبينما أنا أحمل أحد الكتب بين يدي بتبجيل، مال مرشدي إلى جانبي وقال لي بلطف: «عفوًا، دكتور يالوم... لعلك تعرف هذا... لكن يد سبينوزا لم تمس هذا الكتاب قطُّ ولا أيًّا من الكتب الموجودة في المكتبة؛ هذه الكتب ليست الكتب الفعلية التي امتلكها سبينوزا».

ذُهلت وسألته: «ماذا تعني؟ لا أفهم».

- بعد موت سبينوزا في عام 1677، لم تكف ممتلكاته الضئيلة لتغطية تكاليف جنازته ودفنه، وأُقيم مزاد لبيع ممتلكاته القيمة ومنها مكتبته.
- لكن هذه الكتب هنا... هذه كتب قديمة.
- كان مقيم المزاد دقيقًا للغاية. إذ كتب وصفًا مفصلًا لكل كتاب: التاريخ، والناشر، والمدينة، والغلاف، ولون الغلاف، وما إلى ذلك. وبعد 200 عام من وفاته، قدم أحد الرعاة الأثرياء أموالًا لإعادة

بناء مكتبة سبينوزا بالكامل، واتبع المشترون أوصاف الكتب بدقة عند شرائها.

ورغم اهتمامي بكل ما رأيته وسمعته، لم أجد ما يفيد في تأليف رواية. فاستدرت محبطًا لأغادر المكان، وعندها تمامًا سمعت كلمة «نازي» تستخدم في محادثة بين مرشدينا وحارس المتحف. «لماذا؟ ماذا كان النازيون يفعلون في هذا المتحف؟». وأخبروني بقصة مذهلة: بعد فترة وجيزة من احتلال النازيين لهولندا، ظهرت فرقة من جنود فرقة عمل الرايخسليتر روزنبرج في المتحف، وأغلقته بالشمع، وصادرت المكتبة بأكملها.

سألت: «إذًا أُعيد بناء هذه المكتبة مرة أخرى؟ وهذا يعني أن هذه الكتب أبعد مرتين عن لمسات أنامل سبينوزا؟».

طمأنني مرشدي: «لا، على الإطلاق. للغرابة، عُثر على كامل المجموعة التي سرقها النازيون بعد الحرب مخفية في كهف ملحي مغلق، ينقصها القليل من المجلدات».

أصابتني الدهشة وانفجرت بالأسئلة: «ما فرقة عمل الرايخسليتر روزنبرج؟».

- إنها فرقة عمل القائد النازي ألفريد روزنبرج، الرجل المسؤول عن نهب متعلقات اليهود في جميع أنحاء أوروبا.

بدأ قلبي يتسارع. «لكن لماذا؟ أوروبا كانت مشتعلة في ذلك الوقت. لماذا يتعبون أنفسهم بمصادرة مكتبة هذه القرية الصغيرة في حين يمكنهم نهب متعلقات رامبرانت وڤيرمير؟».

أجاب مرشدي: «لا علم لأحد بالإجابة. والدليل الوحيد الذي لدينا هو عبارة في تقرير كتبه أحد الضباط المسؤولين عن المداهمة قُدم ضمن أدلة محاكمات نورنبيرج. يمكنك الآن الاطلاع عليها بسهولة على الإنترنت فقد أصبحت ملكية عامة. تقول العبارة ما معناه أن مكتبة سبينوزا تحتوي على أعمال شديدة الأهمية لاستكشاف مشكلة سبينوزا».

سألت: «مشكلة سبينوزا؟» وازداد شعوري بالفضول. «ماذا تعني؟ أي مشكلة للنازيين مع سبينوزا؟ ولماذا حفظوا كل الكتب بدلًا من حرقها على غرار كل شيء يهودي وجدوه في أوروبا؟».

وكأنهما ثنائي في فيلم صامت، رفعا مضيِّقَي أكتافهما وبسطا أكفهما: لم تكن لديهما إجابات.

غادرت المتحف بلغز مثير للاهتمام لم يُحل! كالمنِّ ينزل من السماء لروائي جائع! لقد حصلت على ما جئت من أجله. قلت لمارلين: «حصلت على كتاب الآن. حصلت على حبكة وعنوان!» وبمجرد عودتي إلى المنزل، بدأت في كتابة «مشكلة سبينوزا».

بعد فترة ليست بالطويلة، طورت تفسيرًا مقبولًا تمامًا لـ «مشكلة سبينوزا» لدى النازيين. تعلمت من قراءاتي أن جوته -الأديب معبود الشعب الألماني ومنهم النازيون- كان مبهورًا بأعمال سبينوزا. في الحقيقة، ذكر جوته في أحد رسائله أنه حمل كتاب «علم الأخلاق» لسبينوزا في جيبه طوال عام كامل. وبالتأكيد لا بدَّ أن هذا مثَّل مشكلة كبيرة أمام النازيين: كيف يمكن لأعظم كاتب ألماني أن يعشق سبينوزا وهو يهودي برتغالي-هولندي؟

قررت الجمع بين قصتي حياة بينديكت سبينوزا -الفيلسوف اليهودي من القرن السابع عشر وألفريد روزنبرج الفيلسوف المزيف وبوق الدعاية النازي. وبما أنه عضو شديد العداء للسامية من دائرة هتلر المقربة، أمر روزنبرج بمصادرة مكتبة سبينوزا وعدم حرقها. وفي عام 1945 في محاكمات نورنبيرج، حُكم عليه بالموت شنقًا مع 11 من قادة النازية.

بدأت بكتابة فصول تجمع بين الاثنين: حياة سبينوزا في القرن السابع عشر وحياة روزنبرج في القرن العشرين، وطورت علاقة خيالية بين الشخصيتين. لكن بعد فترة قصيرة وجدت التنقل ذهابًا وإيابًا بين حقبتين صعبًا فقررت كتابة قصة سبينوزا كاملة أولًا وبعدها قصة

روزنبرج، ثم في النهاية أجمع بينهما بعد إجراء التنقيحات والتعديلات اللازمة لتتناسب القصتين معًا.

حين تكتب قصتين وقعت كل منهما في قرن مختلف فستزداد كمية البحث اللازم، وأخذت «مشكلة سبينوزا» وقتًا أطول من أي كتاب آخر نشرته (باستثناء كتاب «العلاج النفسي الوجودي»). لكنني لم أعتبره عملًا قطُّ، بل على العكس كنت متحمسًا ومتشجعًا للقراءة والكتابة كل صباح.. وقرأت أعمال سبينوزا الرئيسية كلها وإن كان ببعض الصعوبة، ثم لأكشف الأسرار المتبقية، طلبت نصيحة من ربيكا جولدستين وستيفن نادلر المتخصصين في سبينوزا.

وقضيت وقتًا أطول في البحث في نشأة الحزب النازي وتطوره ودور ألفريد روزنبرج فيه. ورغم أن هتلر احترم قدرات روزنبرج وعينه في العديد من المناصب المهمة، فقد فضَّل رفقة جوزيف جوبلز وهيرمان جورجنج. وتقول الشائعات إن هتلر رمى ذات مرة كتاب روزنبرج البارز «The Myth of the Twentieth Century» عبر الغرفة وصاح غضبًا: «من ذا الذي يفهم هذه الأمور!» وقد تألم روزنبرج من عدم محبة هتلر له بقدر ما أحب الآخرين، لدرجة أنه سعى لنيل دعم نفسي في أكثر من مناسبة، وقد استخدمت تقريرًا نفسيًّا فعليًّا في روايتي.

وعلى خلاف الروايات الأخرى، ليست «مشكلة سبينوزا» برواية تعليمية، وإن كان العلاج النفسي يلعب دورًا مهمًّا فيها: كشفت العالم الداخلي لكل من الشخصيتين الرئيستين من خلال نقاشات مع صديقين عزيزين. فسبينوزا يبوح بما في صدره لفرانكو، وهو صديق يلعب دورًا يشبه دور المعالج النفسي، كما عقد روزنبرج عدة جلسات نفسية مع الطبيب النفسي المتخيَّل فريدرك فيستر. وفي الحقيقة لم أخترع

سوى شخصية فرانكو وفيستر من بين الشخصيات الرئيسة، أما كل الشخصيات الأساسية الأخرى فهي شخصيات تاريخية.

ولسوء الحظ، لم يلق «مشكلة سبينوزا» سوى اهتمام قليل من القراء الأمريكيين، لكنه وجد جمهورًا محبًّا في الخارج. فحصل في فرنسا على جائزة القراء لعام 2014. في عام 2016، تلقيت بريدًا إلكترونيًّا من زميل هولندي يُدعى هانز فان فيجنجاردن يخبرني فيها بخبر العثور على رسمة لسبينوزا رُسمت خلال حياته في عام 1666 للرسام بيرند جرات. وعندما نظرت إلى عيني سبينوزا الحنونة، ندمت على عدم رؤية الرسمة قبل كتابة الرواية. فمن يدري لعلي كنت سأشعر برابطة شخصية به كما حدث حين رأيت من قبل رسومات لنيتشه وبروير، وفرويد، ولو سالومي، وشوبنهاور.

بعد ذلك، أرسل لي مانفريد والثر مقالًا متخصصًا نُشر في عام 2015 بعنوان «حضور سبينوزا في ألمانيا خلال الحقبة النازية» الذي يصف تأثير سبينوزا الضخم ليس على جوته فحسب، بل أيضًا على فلاسفة ألمان بارزين مثل: فيشته، وهولديرين، وهيردر، وشيلينج، وهيجل. ولو أني رأيت هذا المقال وأنا أكتب الرواية، لزاد دليلي قوة على أن سبينوزا مثَّل بالفعل مشكلة أمام الحملة النازية المعادية لليهود.

لم يتطلب مشروعي التالي «مخلوقات فانية» أي جهد بحثي، ولم أحتج إلا إلى مداهمة ملف «أفكار للكتابة» مرة أخيرة. وكانت العملية بسيطة: أقرأ وأعيد قراءة الأحداث السريرية في هذا الملف حتى أشعر بتدفق الطاقة من أحدها، فأنتقل إلى بناء قصتي حوله. وكثير من القصص الواردة فيه تصل إلى نتيجة واحدة، والكثير منها تصف مريضًا متقدمًا في السن يعاني مشكلات التقدم في العمر مثل: التقاعد، والعجز، ومواجهة الموت. وكما هو الحال مع جميع كتاباتي (بخلاف «مشكلة سبينوزا») استهدف جمهوري من المعالجين الشباب المحتاجين إلى

إرشاد في فن العلاج النفسي. وكالعادة، أرسلت إلى مرضاي المسودة النهائية وحصلت على إذن كتابي من كل واحد منهم إلا مريضين توفيا قبلها وأعلم أنهما كانا سيمنحانني الإذن لو كانا على قيد الحياة. علاوة على ذلك، حرصت على إخفاء هويتيهما أكثر من غيرهما.

وعنوان كتاب «مخلوقات فانية» مستوحى من كتاب «التأملات» لماركوس أوريليوس: «ما نحن جميعًا إلا مخلوقات فانية: المتذكِّر والمتذكَّر على حد سواء». وفي القصة التي حملت عنوان الكتاب، أروي جلسة علاجية علمت فيها أن المريض حجب عني معلومات مهمة، خوفًا من تدمير صورته الجيدة لدي. وأنا أستكشف رغبته في البقاء في ذهني، تلك الرغبة التي بلغت من القوة أن أعاقت علاجه، ذكرت ماركوس أوريليوس، وكنت أقرأ حينها «التأملات» بالمصادفة. سرت إلى مكتبي وأريته نسختي من الكتاب، واقترحت أنه قد يجده مفيدًا لأن أحد التأملات أكد على الطبيعة العابرة للوجود وفكرة أن كلًّا منا ليس سوى مخلوقٍ فانٍ. تحتوي قصتي على حبكة فرعية تتضمن مريضًا آخر رشحت له قراء ماركوس أوريليوس.

وليس من النادر وأنا أقرأ وأستمتع بعمل مفكر رائع أن يظهر شيء خلال جلسة العلاج يجعلني أرشح هذا المؤلف بالذات لمريضي. وفي أغلب الحالات، لا يؤتي هذا الترشيح أيَّ ثمار، لكن في هذه القصة الحقيقية (لا توجد أحداث خيالية في كتاب «مخلوقات فانية») أحب المريضان الكتاب. المفارقة أن أيًّا منهما لم يقدر الرسالة التي قصدتها، وإنما وجد حكمة أخرى لدى ماركوس أوريليوس.

وليس هذا بالغريب. فالمريض والمعالج رفقاء في الرحلة، ومن المعتاد أن يرى المريض مناظرًا في رحلتهما ويستفيد منها وتفوت تمامًا على المعالج.

الفصل السابع والثلاثون

العلاج النفسي بالمراسلة!

على مدار أكثر من 15 سنة، قدت مجموعة إشرافية من المعالجين الممارسين في سان فرانسيسكو. وخلال سنتنا الثالثة، قبلنا عضوة جديدة: محللة انتقلت إلى سان فرانسيسكو بعد مسار مهني طويل في الساحل الشرقي. وأول حالة عرضتها على المجموعة لمريض يعيش في نيويورك تابعت جلساتها معه عبر الهاتف. جلسات عبر الهاتف! فزعت من ذلك. كيف يمكن تقديم العلاج المناسب دون رؤية المريض؟ ألن يفوت على المعالج جميع الإشارات الدقيقة: النظرات والتعبيرات والابتسامات والإيماءات والمصافحة عند المغادرة، وهي عناصر أساسية جدًّا في حميمية العلاقة العلاجية.

قلت لها: «لا يمكنك تقديم العلاج عن بُعد! لا يمكنك معالجة شخص ليس حاضرًا في مكتبك». ويا لي من متعجرف! تمسكت برأيها وأصرت على أن العلاج يجري على نحو جيد، ورفضت رأيي. شككت في ذلك وظللت أنظر إليها بريبة لشهور عديدة حتى اقتنعت أنها متمكنة مما تفعله.

وتطور رأيي في العلاج عن بعد منذ نحو ست سنوات حين تلقيت بريدًا إلكترونيًا من مريضة تستغيث وتطلب العلاج عبر سكايب. تعيش هذه المريضة في مكان معزول جدًا من العالم ليس به أي معالج متاح في نطاق 500 ميل. وفي الحقيقة انتقلت إلى مكان بعيد هكذا بسبب انفصال مؤلم في علاقة. وقد بدت شخصية صعبة، لدرجة أنها لو عاشت على مقربة مني فأنا متأكد من أنها لم تكن لتحب مقابلتي أو مقابلة أي معالج آخر وجهًا لوجه في مكتب. لم أقدم العلاج عبر سكايب من قبل، وفي ظل شكي في الطريقة، ترددت. لكن بما أنها لا تملك أي خيار آخر، قررت في النهاية قبولها (لكن دون ذكر ذلك لأي من زملائي). وعلى مدار سنة، التقينا عبر سكايب كل أسبوع. بدأت أشعر بالقرب منها عبر الشاشة الممتلئة بوجهها، وخلال فترة قصيرة شعرت أن آلاف الأميال التي تفصلنا قد تبخرت. ومنذ ذلك الحين، جلست مع عدد كبير من المرضى من دول بعيدة مثل: جنوب إفريقيا، وتركيا، وأستراليا، وفرنسا، وألمانيا، وإيطاليا، والمملكة المتحدة. وأعتقد الآن أن هناك اختلافًا صغيرًا في المخرجات بين العلاج المباشر والعلاج عبر المكالمات المرئية. لكنني أعتني باختيار المرضى، فلا أستخدم هذه الواسطة مع أصحاب الأمراض الشديدة الذين يحتاجون إلى أدوية أو ربما للحجز في مستشفى.

قبل ثلاثة أعوام، حين سمعت لأول مرة عن العلاج بالمراسلة، الذي يتواصل فيه المعالج مع العملاء عن طريق الرسائل النصية وحدها، اعترضت مرة أخرى: «العلاج بالمراسلة! لا!» بدت هذه الطريقة تشويهًا ونزعًا للإنسانية ومحاكاة ساخرة لعملية العلاج النفسي. لقد كانت خطوة متقدمة. ولم أرد التعامل معها ورجعت إلى موقفي المتعجرف مرة أخرى. ثم اتصل بي أورين برانك، مؤسس موقع Talkspace –أكبر

منصة علاج بالمراسلة على الإنترنت- وأخبرني أن شركته تقدم الآن العلاج الجماعي عبر المراسلة وطلب مني تقديم المشورة لمعالجيه.

صُدمت مرة أخرى: «العلاج الجماعي عبر المراسلة!» مجموعة من الأفراد لم يروا بعضهم من قبل (وأخفوا هوياتهم، ولم تظهر وجوههم على الشاشة، وإنما مثلتهم رموز) وتواصلوا عبر الكتابة وحدها: هذا تجاوز مفرط. لم يمكنني تخيل مجموعة علاجية تعمل عبر المراسلة، لكن وافقت على المشاركة بدافع الفضول وحده تقريبًا.

راقبت بعض المجموعات وكان الصواب إلى جانبي هذه المرة. فقد تبين أن العلاج الجماعي الذي شهدته كان مرهقًا للغاية، وسرعان ما أُلغي المشروع. وبدلًا منه ركزت الشركة بالكامل على استخدام المراسلة في العلاج الفردي. وسرعان ما نشأت شركات أخرى للعلاج عبر المراسلة في الولايات المتحدة وعدة دول أخرى، وقبل ثلاث سنوات، وافقت على الإشراف على المعالجين المسؤولين عن تدريب موظفي Talkspace.

مع بلوغي العقد الثامن، أصبح من النادر أن أقرأ دورية علمية أو أسافر لحضور المؤتمرات المتخصصة في مجالي، وأشعر أن التطورات الجديدة تفوتني. ورغم أن العلاج بالمراسلة بدا ذروة الجهل بالآخر والعكس تمامًا لطريقتي العلاجية التي تشدد على التقارب مع المريض، شعرت أن المراسلة ستلعب دورًا كبيرًا في مستقبل العلاج النفسي. ولأكافح تقادمي الشخصي، قررت متابعة هذه الطريقة الآخذة في الانتشار لتقديم العلاج النفسي.

توفر بنية المنصة للعملاء فرصة إرسال واستقبال الرسائل النصية (يوميًّا إذا رغبوا في ذلك) مع معالج مقابل رسوم شهرية ثابتة بسيطة. ويتوسع استخدام مثل هذا العلاج بشكل كبير، وفي وقت كتابة هذه السطور، تتعاون Talkspace -أكبر منصة في الولايات المتحدة- مع

أكثر من ألف معالج. وتتوافر العديد من هذه المنصات في بلدان أخرى، فقد اتصلت بي ثلاث شركات من الصين، كل منها تدعي أنها أكبر شركة علاجية عبر الإنترنت في الصين.

تطور الابتكار بسرعة. وبعد فترة وجيزة، أصبحت Talkspace لا تقتصر على تقديم العلاج عبر المراسلة النصية فقط، وإنما تتيح للعملاء والمعالجين تبادل الرسائل الصوتية. ثم بعد فترة قصيرة، أُتيح للعملاء خيار اللقاء عبر مكالمة مرئية. وبعدها أصبح 50% فقط من الجلسات عبر المراسلة، و25% عبر الرسائل الهاتفية، و25% عبر المكالمات المرئية. وتوقعت أن الأمور ستتخذ مجرًى لا مفرَّ منه: سيستخدم المرضى في المرحلة الأولى فقط العلاج بالمراسلة، ثم سيتطور بالتدريج إلى الرسائل الصوتية، ثم إلى المكالمات المرئية في النهاية، فهي التواصل الحقيقي. وكم كنت مخطئًا. لم يحدث هذا. وفضل الكثير من المرضى المراسلة ورفض المكالمات الهاتفية والمرئية. بدا هذا عكس المنطق بالنسبة إليَّ، لكن سرعان ما فهمت أن الكثير من المرضى شعروا بأمان أكبر مع حفظ هوياتهم سرية في الرسائل المكتوبة، وعلاوة على ذلك، شعر المرضى الأحدث سنًّا براحة أكبر في الكتابة، إذ كبروا عليها، وهم يفضلون في كثير من الأحيان الكتابة على التواصل عبر الهاتف حتى مع أصدقائهم. والآن يبدو أن العلاج بالمراسلة سيظل يلعب دورًا قويًّا في مستقبل مجالنا.

لفترة من الوقت، استمر شعوري بالرفض للعلاج عبر المراسلة؛ بدا لي وكأنه نسخة ضعيفة من الشيء الحقيقي. وبينما كنت أفحص عمل المعالجين الذين أشرف عليهم، أصبحت متأكدًا من أن هذه الوسيلة لا تقدم نوعَ العلاج الذي أقدمه لمرضاي، ولكن أدركت تدريجيًّا أنه مع اختلافه عن العلاج المقدم في اللقاءات المباشرة، فهو يقدم شيئًا مهمًّا

للعملاء. ولا شك أن العديد من العملاء يقدرون العلاج عبر المراسلة ويشعرون بالتغيير. وقد حثثت Talkspace على نشر بعض الأبحاث الدقيقة، والنتائج الأولية تثبت بالفعل حدوث تغيير كبير. وقد قرأت تعليقات المرضى في رسائلهم التي تعبر عن مدى تقديرهم للعملية. إذ أرسلت إحدى المريضات رسالة نصية تقول فيها إنها طبعت بعض كلمات معالجها وألصقتها على باب الثلاجة لمراجعتها دائمًا. وإذا أصيب العملاء بنوبة هلع في منتصف الليل، فيمكنهم على الفور إرسال رسالة إلى معالجهم. ومع أن المعالج لن يقرأ النص إلا بعد ساعات، فهم يشعرون بالتواصل الفوري. علاوة على ذلك، يمكن للعملاء بسهولة مراجعة الجلسة العلاجية بأكملها، وكل كلمة قالوها للمعالج، ومن ثم قياس مدى التقدم الذي أحرزوه.

يبدو الإشراف على المعالجين الذين يستخدمون العلاج بالمراسلة مختلفًا عن الإشراف على المعالجين التقليديين. فمن ناحية، حين أشرف على عمل النوع الأول، لا أحتاج إلى الاعتماد على ذاكرة المعالج الذي لا يحفظ أحيانًا ما حدث على مدار الساعة العلاجية، بل أملك نصًا كاملًا لكل شيء وكل كلمة تبادلها المعالج والمريض، ولا يوجد ما يخفى عن عيني المشرف.

أخيرًا، حثثت بقوة ممارسي العلاج بالمراسلة ممن يخضعون لإشرافي على الانتباه للطابع الإنساني الصادق والمتعاطف للعلاقة بين المريض والمعالج، وقد أتى ذلك بنتيجة غريبة ومحيرة: حين يقدم العلاج بالمراسلة معالجون مناسبون أكفاء، قد يتيح هذا الأسلوب تواصلًا أكثر شخصية من اللقاءات المباشرة مع معالج يتبع بصرامة التوجيهات السلوكية الصماء.

الفصل الثامن والثلاثون

حياتي بين المجموعات

أدرت الكثير من المجموعات العلاجية على مدى العقود الماضية: مجموعات لمرضى العيادات الخارجية والأجنحة الداخلية، والمرضى المصابين بالسرطان والأرامل ومدمني الكحول إلى جانب الأزواج وطلبة الطب والأطباء المقيمين في أقسام العلاج النفسي والمعالجين الممارسين، لكنني كذلك عضو في الكثير من المجموعات، حتى الآن وأنا في منتصف الثمانينات.

وأكثر ما يخطر ببالي هو مجموعة بلا قائد للمعالجين النفسيين ظلت على مدى 24 سنة تجتمع كل أسبوعين لمدة 90 دقيقة في أحد مكاتب أعضائها. ومن بين القواعد الأساسية التي نتبعها الحفاظ على السرية التامة. فما يحدث داخل مجموعتنا لا بدَّ وأن يظل سرًّا. لذا هذه الفقرات أول مرة أفصح فيها عن أي شيء يتعلق بهذه المجموعة، وأنا أكتب لا بعد أخذ إذن الأعضاء فقط، بل وبتشجيعهم أيضًا، فلا أحد منا يريد لهذه المجموعة أن تموت. ولا أعني أننا نسعى إلى الخلود، بل نريد تشجيع الآخرين على خوض التجربة المهمة المثمرة التي خضناها.

من المفارقات في حياة المعالج أننا لا نكون بمفردنا أبدًا في أثناء العمل، ومع ذلك فكثير منا يشعر بعزلة عميقة. إذ نعمل دون فريق، لا ممرضات ولا مشرفين ولا زملاء ولا مساعدين. وكثير منها يخفف هذه الوحدة بوضع جدول لتناول وجبات الغداء أو احتساء القهوة مع زملائه أو حضور مناقشات الحالات أو من خلال الخضوع للإشراف أو العلاج الشخصي، لكن بالنسبة إلى الكثير منا لا تصل هذه العلاجات إلى العمق الكافي. ووجدت أن الاجتماع المنتظم بمجموعة مقربة من المعالجين الآخرين منعش، فالمجموعة تقدم الرفقة والإشراف والتعليم المستمر والنمو الشخصي، وأحيانًا التدخل عند وقوع الأزمات. وأشجع المعالجين الآخرين بقوة على إنشاء مجموعة مثل مجموعتنا.

فتجمعنا بالتحديد ولد ذات يوم قبل 20 عامًا، حين اتصل بي إيفان جي -وهو طبيب نفسي ممارس التقيته حين كان مقيمًا في ستانفورد- لدعوتي إلى الانضمام إلى مجموعة دعم تلتقي بانتظام في مبنى إداري طبي بالقرب من مستشفى ستانفورد. وعد أسماء المعالجين الآخرين الذين وافقوا على الحضور، وكنت أعرفهم جميعًا تقريبًا وأعرف بعضهم عن قرب بما أني درست لهم حين كانوا أطباء مقيمين في قسم الطب النفسي.

وبدا الانضمام إلى هذه المجموعة التزامًا كبيرًا. لا لأن الجلسة تعقد مرة كل أسبوعين لمدة 90 دقيقة فحسب، بل لأنها مجموعة مستمرة دون نهاية محددة. لذا علمت حين قبلت الحضور أنه قد يكون التزامًا طويل الأمد، إلا أن أيًّا منا لم يتوقع أننا سنظل نلتقي بعد مرور 20 سنة. خلال كل تلك السنوات لم نلغِ الجلسة إلا في حالات نادرة من التعارض مع الإجازات المهمة، ولم يفوت أيٌّ منا اجتماعًا لسبب تافه.

أنا عن نفسي لم أكن قطُّ عضوًا في مجموعة فاعلة، رغم أنني غبطت أعضاء مجموعاتي كثيرًا. فقد رغبت أن أكون عضوًا في مجموعة علاجية وأحيط نفسي بدائرة موثوقة من المقربين. وعلمت من تجربتي السابقة في إدارة المجموعات كم تفيد المجموعة أعضاءها.

على مدى ست سنوات، قدت مجموعة علاجية للمعالجين النفسيين، وراقبت أسبوعًا بعد أسبوع الفوائد العائدة على الحاضرين. وأذكر مولين ليزكز الذي شارك في كتابة الإصدار الخامس من كتاب العلاج الجمعي، وكان زميلي في ستانفورد عام 1980. قدم إلى ستانفورد ليتعلم عن العلاج الجماعي، ومن ضمن تدريبه طلبت منه المشاركة في قيادة المجموعة لمدة عام. ومنذ حينها، ورغم مرور عقود، لا أزال أنا وهو نتذاكر بسعادة ما رأيناه وشعرنا به خلال هذه الجلسات. وقد أنهيت هذه المجموعة حين سافرت إلى لندن في إجازة تفرغ مع الأسف الشديد. فقد كانت المجموعة الوحيدة التي قدتها وأنتجت زواجًا. إذ دخل اثنان من أعضائها في علاقة ثم تزوجا بعد حل المجموعة بفترة قصيرة. قابلتهما بعد 35 عامًا في محاضرة، ووجدت زواجهما قائمًا وسعيدًا.

لذا رغم عدم الراحة لفكرة الانضمام إلى مجموعة تتضمن طلبة سابقين، التحقت بها مع شيء من التوتر. إذ شعرت -مثل الكثير من الأعضاء الآخرين- بكراهية لكشف أوجه قصوري وخزيي وشكي في ذاتي أمام زملائي وطلبتي السابقين. وذكرت نفسي أني شخص راشد، وأنني سأنجو من الإحراج على الأرجح.

قضينا الأشهر الأولى نقرر نوع المجموعة التي ينبغي أن تكون. فلم نرغب في مناقشة الحالات رغم أن الجميع رغب في وجود هذا الخيار. في النهاية، قررنا أن نصبح مجموعة دعم شاملة. بكلمات أخرى: مجموعة بلا قائد. وجعلنا شيئًا معينًا واضحًا بأقصى ما يكون: لست

قائدًا للمجموعة رغم أني أكبرهم خبرة، ولم يعتبرني أحد كذلك. ولتجنب الانزلاق إلى أي دور قيادي، أجبرت نفسي على أن أبالغ في البوح بما في نفسي منذ البداية. فمن سنوات خبرتي تعلمت أن المخاطرة مطلوبة ليحقق المرء فائدة من هذه التجربة (في الحقيقة، في السنوات الأخيرة أوضحت هذه النقطة لمرضاي في أول جلسة فردية، وكثيرًا ما أشير إليها حين أستشعر منهم مقاومة).

بدأنا بـ 11عضوًا، جميعهم ذكور ومعالجون نفسيون (10 أطباء نفسيين واختصاصي نفسي). وخلال المراحل الأولى انسحب عضوان، وانسحب ثالث مرغمًا لأسباب طبية. وعلى مدار 22 عامًا مضت، تناغمت المجموعة للغاية، فلم ينسحب عضو واحد بإرادته، وظل مستوى الحضور ممتازًا. أنا شخصيًّا لم أفوت ولا جلسة وأنا في المدينة، وكذلك جعل الأعضاء الآخرون للمجموعة أولوية على أي أنشطة أخرى.

وعندما أشعر بالانزعاج بسبب حوار دار مع زوجتي أو أطفالي أو زملائي، أو عندما أشعر بالإحباط في عملي، أو عندما أشعر بالانزعاج بسبب مشاعر -إيجابية أو سلبية- قوية تجاه أحد مرضاي أو معارفي، أو عندما يزعجني كابوس، أتطلع دائمًا إلى مناقشة ذلك في الجلسة التالية. وبالطبع تعاملنا بعمق دائمًا مع أي مشاعر غير مريحة تظهر بين أعضاء المجموعة.

وربما وجدت مجموعات أخرى بلا قائد أعضاؤها من المعالجين النفسيين المهتمين بالفحص الدقيق، وكذلك بحياة ونفسيات الأعضاء، ولكنني لم أسمع بأي منها، وبالتأكيد لم أسمع بمجموعة مماثلة دامت لفترة طويلة. وخلال عقدين مررنا بتجربة وفاة أربعة من أعضاء المجموعة، إلى جانب إصابة اثنين بالخرف واضطرارهما إلى الانسحاب. وناقشنا موت أزواج، والزواج مرة ثانية، والتقاعد، ومرض أحد أفراد

الأسرة، ومشكلات مع الأطفال، والانتقال إلى دار مسنين. وفي كل واقعة، ظللنا ملتزمين بالفحص الدقيق لأنفسنا والآخرين.

وأكثر ما يدهشني شخصيًّا هو وجود أشياء جديدة دائمًا. فبعد أكثر من 500 جلسة، لا أزال أكتشف شيئًا جديدًا ومختلفًا في زملائي ونفسي كل جلسة. ولعل أصعب تجربة على الإطلاق علينا جميعًا هي ملاحظة ظهور الخرف وتفاصيل تطوره على اثنين من أعضائنا الأعزاء. وقد واجهنا الكثير من المعضلات: بأي درجة من الانفتاح ينبغي أن نواجه ما رأينا؟ وكيف ينبغي أن نتعامل مع التكبر والإنكار الذي يرافق الخرف؟ وقبل هذا كله، ماذا نفعل حين نشعر أن العضو ينبغي أن يتوقف عن مقابلة المرضى؟ وفي كل مرة حدث هذا، كان رد فعلنا هو الضغط بقوة على العضو لاستشارة اختصاصي نفسي والخضوع لاختبار نفسي عصبي، وفي المرتين استخدم الاستشاري سلطاته وأمر العضو بالتوقف عن مقابلة المرضى. وكأغلب من تجاوز الثمانين، أخشى على نفسي من الخرف، وفي ثلاث مرات أو أربع أخبرتني المجموعة أن الواقعة التي ذكرتها سبق وحكيتها بالفعل قبل قليل. ورغم أن مجرد الفكرة مهين، شعرت بالامتنان لالتزام المجموعة بالصدق. وفي أفكاري الخلفية، يقبع رعب من أن يصر أحد أعضاء المجموعة ذات يوم على أن أخضع لاختبار نفسي عصبي.

وعندما صعقنا أحد أصغر أعضاء مجموعتنا بخبر أنه شُخص آنفًا بسرطان لا علاج له في البنكرياس، ظللنا حاضرين معه بشكل كامل وهو يناقش بكل صراحة وشجاعة مخاوفه واهتماماته. وفي أواخر حياته حين لم يعد قادرًا على التنقل بسبب شدة مرضه، عقدنا جلسة في منزله. وحضرت المجموعة بأكملها حفل تأبينه.

وكلما مات أحد الأعضاء، أضفنا عضوًا جديدًا للحفاظ على عددنا ثابتًا إلى حد ما. وحضرنا جميعًا حفل زفاف أحد الأعضاء، الذي أقيم في منزل عضو آخر، وأجرى مراسم الزفاف عضو ثالث. كما حضرت المجموعة حفلتي زفاف أخريين وحفل بار متسفا لنجل أحد الأعضاء. وذات مرة، زارت المجموعة بأكملها مركز رعاية يعيش فيه عضو يعاني الخرف الشديد. وكم ناقشنا ضم عضو من الإناث، ولكن نظرًا لأننا نضيف كل مرة عضوًا واحدًا فقط، رأى معظمنا أنها قد تشعر بعدم الارتياح بسبب تفوقنا العددي. وحين أفكر في الأمر الآن أرى أننا أخطأنا في هذا القرار. فظني أن المجموعة كانت لتكون أثرى لو بدأنا بخليط من الذكور والإناث.

ظللت دومًا نشطًا في المجموعة، وفي بداية مسارها كنت في الغالب الشخص الذي يعلِّق على العملية عندما تبدو المجموعة غير جادة وتتجنب القضايا الأعمق، والتعليق على العملية يعني الإدلاء برأي على الاهتمام المفرط بالقضايا الآمنة والسطحية. ولكن بعد السنوات القليلة الأولى، قام آخرون بالدور ذاته وبالقدر نفسه. وقد ساعدنا بعضنا على عدة مستويات مختلفة. فأحيانًا نركز على القضايا الشخصية العميقة، أو على ميل الأعضاء إلى السخرية، أو التعليقات المهينة، أو الشعور بالذنب بسبب الإطالة في الكلام، أو الخوف من الفضيحة أو العار، وفي أحيان أخرى ينصب تركيزنا فقط على تقديم الدعم ليعرف العضو أننا نقف بجانبه. في وقت قريب، وصلت إلى الجلسة وأنا في حالة من الصدمة بعد حادث سيارة وقع في الأسبوع السابق. فمنذ الحادث، شعرت بالقلق في أثناء القيادة وبدأت أتساءل عما إذا كان ينبغي لي في سني هذه أن أجلس خلف عجلة القيادة. لكن أخبرني أحد الأعضاء أنه تعرض لحادث كبير قبل بضع سنوات ودخل حالة من الصدمة لمدة

ستة أشهر، واعتبر ما أصابني درجة بسيطة من كرب ما بعد الصدمة. وساعدني كثيرًا بإعادة صياغته للموقف. وبالفعل عدت إلى المنزل وأنا أهدأ، وإن كنت أقود السيارة بحذر الآن.

أنا أيضًا عضو في بيجاسوس: مجموعة كتابة للأطباء أُسست في عام 2010 على يد صديقي العزيز هانز شتاينر، الرئيس السابق لقسم طب نفس الأطفال بستانفورد. تلتقي مجموعتنا المكونة من 10 كتاب أطباء مرة شهريًّا لمدة ساعتين في المساء، وخلال الجلسة نناقش كتابة كل واحد منا. ثم تنتهي الأمسيات بالعشاء المقدم من صاحب العمل الذي خضع للنقد. وقد قرأت هذه المجموعة الكثير من صفحات هذا الكتاب، وأحبت أول ثلث منه أكثر من البقية، وشجعتني على بث ما في نفسي أكثر في الجزء التالي.

نشر أعضاء هذه المجموعة عدة كتب ونصوص قصيرة، بما فيها كتاب هينري وارد توريبلود «A Surgeon's War»، الذي هو مذكرات مذهلة تصف حياة جراح صدمات على خط النار خلال حرب فيتنام. كما نقيم جلسة قراءة عامة بانتظام في ستانفورد نقرأ خلالها الأعمال الجديدة لأعضائنا، وشاركت أنا في هذه الجلسات عدة مرات.

توسعت بيجاسوس، وفي الوقت الحالي توجد أربع مجموعات فرعية مكونة من الأطباء وعدد من طلبة الطب. ونادرًا ما أقام الشعراء من المجموعة جلسات قراءة عامة لقصائدهم المستوحاة من قطع فنية، مثل: رسومات من مجموعة ستانفورد أندرسون المعروضة حديثًا، أو عرض موسيقى من رباعي أوتار سانت لورانس، المجموعة الموسيقية المقيمة في جامعة ستانفورد. كما أقمنا جولات كبيرة في الطب النفسي كل عام، وأقمنا مسابقة كتابة للطلبة بجوائز نقدية، ووفرنا الرعاية لمنصب أستاذ زائر كل عام في مجال الإنسانيات الطبية.

أحضر فعالية شهرية أخرى: مجموعة ليندمان، المسماة على اسم إريك ليندمان، أحد أعضائها المؤسسين والطبيب النفسي البارز الذي ظل أستاذًا بهارڤرد لفترة طويلة ثم قضى آخر سنواته في ستانفورد. انضممت إلى المجموعة لأول مرة عند تأسسها في السبعينيات، وحضرت اجتماعاتها الشهرية لسنوات. وفي كل لقاء يجتمع ثمانية إلى 10 معالجين نفسيين، وكل واحد فيهم يقدم حالة متعثرة معه حاليًا. وكم استمتعت بهذه الرفقة الحميمة لسنوات طويلة حتى انتقل برونو بيتلهم إلى ستانفورد وانضم إلى المجموعة، إذ شعر بسبب تقدمه علينا أن الاجتماع ينبغي أن يكون عبارة عن عرض الحالات عليه. ولم أستطع أنا ولا غيري تغيير هذه الفكرة في رأسه، وحين وصلنا إلى طريق مسدود انسحب عدد منا. وبعد وفاة برونو بعدة سنوات، تلقيت دعوة للانضمام مرة أخرى، وظللت أعتز بالمجموعة منذ تلك اللحظة.

يقدم كل عضو الحالة بطريقته أو طريقتها. وفي أحد اجتماعاتنا مؤخرًا، اختار عضو استخدام السايكودراما ووزع الأدوار على أعضاء المجموعة (المريض، وزوجته، ومعالجه، وأعضاء آخرين من أسرته، ومعلق مراقب، وغيرها). في البداية بدت الفكرة سخيفة وبعيدة عن الموضوع، لكن في نهاية الاجتماع شعرنا جميعًا بالانبهار وعدم القدرة على مساعدة المريض، بمعنى أننا شعرنا تمامًا بشعور مقدم الحالة نفسه خلال عمله مع مريضه. لقد كانت طريقة فريدة القوة والوضوح لنقل مأزقه العلاجي.

أما أكثر مجموعة توثق ارتباطي بها فهي أسرتي. لقد دام زواجي بمارلين 62 سنة حتى الآن، ونادرًا ما يمر يوم دون أن أشكر قدري الجيد لحصولي على شريكة حياة مذهلة مثلها. لكن -كما أقول للآخرين دائمًا- لا يجد المرء العلاقة، بل يخلقها. فعلى مر العقود، عمل كل منا بجد

على بناء الزواج الذي نملكه الآن. كل شكاويَّ في الماضي تبخرت الآن، وتعلمت قبول أوجه قصورها القليلة: عدم اهتمامها بالطبخ والفعاليات الرياضية وقيادة الدراجات والخيال العلمي والعلوم بأسرها، لكن كل هذه الشكاوى تبددت منذ زمن طويل. وأشعر أنني محظوظ بالعيش مع موسوعة متحركة للثقافة الغربية يمكنها الإجابة فورًا عن أغلب الأسئلة التاريخية والأدبية التي أطرحها.

تعلمت مارلين هي الأخرى تجاهل عيوبي: الفوضى التي أتركها في البيت ولا يمكن علاجها، ورفضي لارتداء ربطات العنق، وولعي المراهق بالدراجات النارية والسيارات المكشوفة، وجهلي المدعى بطريقة تشغيل غسالة الأطباق وغسالة الملابس. وتوصلنا إلى تفاهم مشترك لم أكن لأتوقعه وأنا عاشق صغير طائش وجلف في كثير من الأوقات. واهتمامنا الوحيد الآن هو صحة كل منا وسلامته، والخوف مما سيحدث حين يموت أحدنا قبل الآخر.

مارلين باحثة ذات عقل فضولي، ومتمرسة بشكل خاص في الأدب والفن الأوروبي. هي مثلي، طالبة وقارئة ما عاشت. وعلى النقيض مني فهي منفتحة واجتماعية وتتمتع بمهارات اجتماعية تشهد لها صداقاتها الكثيرة. ورغم شغفنا نحن الاثنين بالكتابة والقراءة، فإن اهتماماتنا لا تلتقي دائمًا، وأعتقد أن هذا أفضل. فأنا أميل إلى الفلسفة والعلم، وبخاصة علم النفس وعلم الأحياء وعلم الكونيات. أما هي فلا حظ لها من التعليم العلمي سوى دورة في علم النبات في جامعة ويلسلي، وهي جاهلة تمامًا بتقنيات العالم الحديث. وكم مساومة محمومة خضت لكي ترافقني إلى القبة السماوية والحوض المائي في أكاديمية كاليفورنيا للعلوم، وبمجرد أن نصل تتطلع إلى المغادرة للذهاب إلى متحف دي يونج للفنون على الطرف الآخر من الحديقة، حيث تقضي 10 دقائق في

تفحص لوحة واحدة. إنها بوابتي إلى عالم الفن والتاريخ، ولكن حالتي في بعض الأحيان ميؤوس منها. فرغم أن أذني لا تسمع النغمات، تستمر في محاولة إيقاظ حسي الموسيقى. وإن كنت حين أقود السيارة وحدي ولا أجد مباراة بيسبول، أشغِّل غالبًا الراديو على موسيقى البلوجراس.

تحب مارلين النبيذ، ولسنوات تظاهرت بحبي له، لكن في الآونة الأخيرة أسقطت كل أقنعتي واعترفت بصراحة أنني لا أحب طعم الكحوليات كلها. ولعل العامل الوراثي له دور في ذلك، فوالداي أيضًا لم يحبا المشروبات الكحولية، ولم يشربا إلا كأسًا عارضة من الجعة أو الكريمة الحامضة، وهي وصفة روسية تُشرب في الصيف.

لحسن الحظ، والحمد لله، أنا ومارلين لسنا مؤمنين بأي دين، ولكنها تتوق سرًّا إلى شيء مقدس، في حين أظل مخلصًا للشك وأضع نفسي مع أمثال: لوكريتيوس، وكريستوفر هيتشنز، وسام هاريس، وريتشارد دوكينز. كلانا يحب الأفلام، لكن عملية الاختيار غالبًا صعبة، لأنها ترفض أي شيء يحتوي على العنف أو أدنى رائحة من الجريمة. وفي الغالب، أتفق معها، ولكن عندما أكون وحدي، أستمتع بمشاهدة أفلام المحتالين أو رعاة البقر من إخراج كلينت إيستوود. وعندما تكون هي بمفردها، يظل التلفزيون ثابتًا على القناة الفرنسية.

تتمتع مارلين بذاكرة جيدة، بل جيدة أكثر من اللازم في بعض الأحيان. فهي تتذكر الأفلام بوضوح شديد، وحتى بعد عقود طويلة تنفر من مشاهدة العديد من الأفلام القديمة مرة ثانية، في حين أشاهدها أنا بكل سرور وتبدو لي جديدة تمامًا لأنني نسيت تقريبًا كل حبكاتها. أما مؤلفها المفضل فهو بلا شك بروست، إلا أنه ثقيل على قلبي، وأميل إلى ديكنز، وتولستوي، ودوستويفسكي، وترولوب. ومن بين الكتاب المعاصرين أقرأ ديفيد ميتشل، وفيليب روث، وإيان ماك إيوان، وبول

أوستر، وهاروكي موراكامي، في حين تفضل هي إيلينا فيرانتي، وكولم توبين، وماكسين هونج كينجستون. ونحن الاثنان نحب جيه إم كوتزي.

وعلى الرغم من أن مارلين أنجبت أربعة أطفال، فلم تترك التدريس قطُّ في أي عام. وذلك بفضل اعتمادنا على مربيات الأطفال الأوروبيات والعاملات المنزليات بشكل يومي. ومثل أغلب الناس الذين نشؤوا في كاليفورنيا، اختار أطفالنا البقاء فيها، ونحن نشعر بالامتنان لوجودهم جميعًا بالقرب منا. وكثيرًا ما نجتمع كعائلة ونقضي عادة إجازات الصيف معًا، وغالبًا ما نسافر إلى هانالي على جزيرة كاواي. وفي الصفحة التالية، وضعت صورة لنا التُقطت عام 2015 مع أطفالنا وأحفادنا. ولم تظل منشورة إلا لبضعة أيام قبل أن يحذفها موقع فيسبوك لانتهاكها المعايير (إذا أمعنت النظر، فسوف تلاحظ زوجة ابني ترضع أصغر أحفادي خلسة).

وتشمل حياتنا الأسرية الكثير من الألعاب. فقد لعبت التنس لسنوات مع كل من أولادي الثلاثة في ملعب تنس الحي وهذه من أعز ذكرياتي.



العائلة بأكملها في هانالي بهاواي - 2015م.

وعلمت ريد وڤيكتور لعب الشطرنج في عمر مبكر، وكلاهما أصبحا لاعبًا قويًّا. واستمتعت باصطحابهما إلى مسابقات خرجا منها دائمًا بجوائز برَّاقة. كما أن ديزموند ابن ريد وجيسون ابن ڤيكتور أصبحا كذلك لاعبين قويين، ونادرًا ما تجتمع العائلة دون إقامة مباراة أو اثنتين.

كذلك تقام ألعاب أخرى في اجتماعات العائلة. فهناك لعبة سكرابل مع ابنتي إيڤ، التي تحتفظ بالبطولة دائمًا. ومن بين كل الألعاب فأشد ما أستمتع به هو لعب البوكر برهانات متوسطة ولعب بينوكل مع ريد وبن، باستخدام القواعد والرهانات نفسها التي لعبت بها مع والدي وعمي إيب.

أحيانًا يُسلينا ڤيكتور بحيل سحرية. ففي مدرسته الثانوية اشتهر بالمقالب، وخلال مراهقته قدم عروضًا سحرية احترافية لكل من الأطفال والبالغين. وأي أحد حضر حفل تخرجه في مدرسة جن الثانوية سيتذكر منظر ڤيكتور وهو يمشي بوقار في الممر لاستلام شهادته ثم اشتعال قبعته الأكاديمية فجأة بالنار. ضج الحاضرون بكلمة «أووه» و«آآه» ثم صفقوا له تصفيقًا حادًّا. دُهشت ككل الحاضرين، وتوسلت إليه أن يخبرني كيف فعلها. وبما أنه ساحر متفانٍ، رفض بثبات كشف أي من أسراره المهنية ولو لأبيه المتوسل، إلا في هذه المرة التي منَّ عليَّ فيها وأخبرني سر القبعة المشتعلة: حوض مصنوع من رقائق الألومنيوم مخفي في حافة القبعة، ليكون خزانًا للمادة المشتعلة، وبعود ثقاب صغير تصبح القبعة مشتعلة (لا تحاول فعل ذلك في المنزل).

أخذني انغماسي في التدريس والكتابة وكسب قوت أسرتي، والآن عندما أنظر إلى الوراء أشعر أنني فوت الكثير. أشعر بالندم لأنني لم أقضِ المزيد من الوقت مع كل طفل على حدة. ففي حفل تأبين صديقي لاري زاروف، وصف أحد أبنائه الثلاثة تقليدًا عائليًّا عزيزًا حين كان والدهم يقضي كل يوم سبت مع أحد أبنائه الثلاثة بالتناوب. فاعتاد تناول الغداء

مع صاحب الدور وتبادُل الأحاديث والتحدث إليه وزيارة المكتبة ليختار كل منهم كتابًا. يا له من تقليد جميل! وبينما كنت أستمع، وجدت نفسي أتمنى لو كنت حاضرًا بعمق أكبر في حياة كل من أبنائي. ولو أتيحت لي كرة أخرى، لفعلت الأمر بطريقة مختلفة.

ظلت مارلين الراعي الأساسي للأولاد على المستوى اليومي، وأرجأت معظم كتاباتها حتى كبر الأطفال. وبعد نشر منشوراتها الأكاديمية المطلوبة، بدأت في الكتابة للجمهور الأوسع حاذية حذوي. فنشرت كتاب «Blood Sisters: The French Revolution in Women's Memory» في عام 1993، ومنذ ذلك الحين ألفت سبعة كتب أخرى، من بينها: «A History of the Wife»، و«Birth of the Chess Queen»، و«A History of the Breast»، و«How the French Invented Love»، و«The Social Sex»، و«The American Resting Place» بالتعاون مع ابننا ريد الذي يعمل مصورًا فنيًا. كان كل كتاب من كتبها مغامرة عظيمة بالنسبة لي، فكل منا أول قارئ للآخر. وهي تنسب الفضل إلى ولعي بثدي المرأة في إلهامها بكتاب «History of the Breast»، وهو دراسة ثقافية لتطور النظرة إلى أجساد النساء وطريقة عرضها عبر التاريخ. ولكن كتابي المفضل هو «Birth of the Chess Queen»، وهو كتاب تتبعت فيه تطور قطعة لم تكن موجودة على رقعة الشطرنج لمئات السنين ثم ظهرت لأول مرة في عام 1000 تقريبًا باعتبارها أضعف قطعة على الرقعة. ثم اكتسبت تدريجيًا قوة أكبر مع تزايد قوة الملكات الأوروبيات، وبلغت مكانتها الحالية باعتبارها أقوى قطعة في نهاية القرن الخامس عشر في أثناء حكم الملكة إيزابيلا ملكة إسبانيا. لقد حضرت الكثير جدًا من جلسات القراءة التي عُقدت لمارلين في المكتبات والجامعات وشاهدتها هناك بفخر هائل. وهي الآن

بصدد تأليف كتاب آخر بعنوان «The Amorous Heart»، الذي سوف يستكشف كيف أصبح القلب رمزًا للحب.

ورغم أخلاقيات العمل القوية التي رسختها أنا ومارلين في أسرتنا، مضطلعين بدورنا كآباء وأجداد لأكثر من ستين عامًا، حاولنا جعل منزلنا مكانًا مرحبًا لا بأطفالنا فحسب، بل وأيضًا بأصدقائنا وأصدقاء أطفالنا. فكم استضاف منزلنا من حفلات الزفاف وحفلات قراءة الكتب وحفلات استقبال المواليد. ربما شعرنا بهذه الضرورة أكثر من معظم الناس، لأننا تركنا عائلاتنا الأصلية على الساحل الشرقي وأنشأنا شبكة جديدة من العائلة والأصدقاء في كاليفورنيا، ضاربين بجذورنا في المستقبل بدلًا عن الماضي.

ورغم كثرة ترحالنا على مدى حياتنا، وزيارتنا العديد من الدول الأوروبية، والعديد من الجزر الاستوائية في منطقة البحر الكاريبي والمحيط الهادئ، وزيارتنا الصين واليابان وإندونيسيا وروسيا، أجدني مع تقدمي في السن أكثر إحجامًا عن مغادرة المنزل. فقد أصبح لفارق التوقيت وطأة أشد مما سبق، وكثيرًا ما أمرض في أثناء الرحلات الطويلة. وفي مسألة السفر هذه، تبدو مارلين -التي تصغرني زمنيًّا بتسعة أشهر فقط- أصغر مني بعشرين عامًا. وحين تأتيني دعوة لإلقاء محاضرة الآن في بلد بعيد، فإنني أرفض دائمًا، وكثيرًا ما أقترح عقدها عبر مكالمة مرئية. وأقتصر سفري على هاواي، وأحيانًا إلى واشنطن ونيويورك، وإلى أشلاند كل عام لحضور مهرجان شكسبير بأوريجون.

في مقابلة عُرضت في الفيلم الوثائقي «Yalom's Cure» في عام 2014، أخبرت ابنتنا إيف صنَّاع الفيلم بصراحة أنني ومارلين نعطي الأولوية دائمًا لعلاقتنا، وقصدت أن علاقتنا مقدمة على علاقتنا بأطفالنا. أردت الاحتجاج، لكنني أعتقد أنها كانت على حق. قالت إيف إنها أعطت الأولوية لأطفالها، لكنها أضافت بعد ذلك بحسرة أن زواجها لم يدم

أكثر من 25 عامًا. خلال مناقشات ما بعد الفيلم مع الجمهور، أشار العديد من المشاهدين إلى أن زواجنا بدا قويًا وصامدًا، في حين انفصل أطفالنا الأربعة عن أزواجهم. أجبت بأنني أشك في أن لبعض العوامل التاريخية دورًا، فما بين 40% إلى 50% من الزيجات المعاصرة في الولايات المتحدة تنتهي بالطلاق، في حين كان الطلاق في زمني نادرًا جدًّا. فخلال أول 25 إلى 30 سنة من حياتي لم أعرف مطلقًا واحدًا. وخلال المناقشات مع جمهور الفيلم حول طلاق أطفالنا، أرادت مارلين أن تصرخ: «ثلاثة من أطفالنا تزوجوا مرة أخرى وتجربتهم الثانية في الزواج رائعة».

بعد كل حالة طلاق، جلست أنا ومارلين نناقش بلا توقف ما أخطأنا فيه. هل يتحمل الآباء مسؤولية انهيار زيجات أولادهم؟ لا شك عندي أن الكثير من الآباء سألوا أنفسهم السؤال المحير نفسه. فالطلاق تجربة مؤلمة في العادة لكل من له صلة به. وقد شاركت أنا ومارلين أبناءنا في حزنهم، وحتى يومنا هذا نظل على علاقة حميمة بكل من أولادنا وأحفادنا ونسعد بما يقدمونه إلى بعضهم من دعم.



المؤلف وزوجته مارلين في سان فرانسيسكو - 2006م.

الفصل التاسع والثلاثون

عن الإطراء

منذ اختيار كتابي «العلاج الجمعي: النظرية والتطبيق» للتدريس قبل 45 سنة، حظيت بمتابعة وفية من الطلبة والمعالجين. إنهم جمهوري الرئيس، ولم أتوقع قطُّ أن يكون لي قرَّاء خارج هذه الدائرة. ولذلك دُهشت وفرحت حين أصبحت مجموعة حكايات العلاج النفسي «Love's Executioner» من الأكثر مبيعًا في أمريكا وتُرجمت إلى لغات كثيرة. وكم سُر فؤادي كلما كتب لي الأصدقاء ليخبروني أنهم رأوها معروضة في مطارات أثينا وبرلين وبوينس أيريس. ولاحقًا حين وصلت الروايات إلى قراء أجانب، استمتعت بما وصلني عبر البريد من نسخ الطبعات الغريبة: الصربية والبلغارية والروسية والبولندية والكتالونية والكورية والصينية. ولم أتقبل إلا بالتدريج (ولكن لم أفهم تمامًا) حقيقة أن الغالبية العظمى من قرائي من بلدان أخرى ويقرؤون كتبي بلغة أخرى.

وعلى مدى سنوات طويلة أزعج مارلين أن الدولة الكبرى الوحيدة التي تجاهلتني تمامًا هي فرنسا. فهي المولعة بالثقافة الفرنسية منذ أن بدأت دروس اللغة الفرنسية في سن الثانية عشرة، لا سيما بعد أن قضت سنة جامعية في فرنسا مع برنامج كلية سويتبراير. وقد حاولت

مرارًا تحسين لغتي الفرنسية مع العديد من المعلمين المختلفين، لكن فشلي بلغ بي أن حتى زوجتي توصلت إلى أن هذا ليس ملعبي. وفي عام 2000، عرضت دار نشر فرنسية جديدة تُدعى جالادي شراء حقوق ترجمة كتبي السبعة حينئذ إلى الفرنسية. وبعدها نشرت الدار كتابًا كل عام، وبعد فترة وجيزة ربحت جمهورًا لا يستهان به.

ثم في عام 2004، نظمت جالادي حدثًا عامًّا في مسرح ماريني في باريس على الضفة اليمنى (مسرح سان كلود الآن). وكان من المقرر أن يُجري معي ناشر مجلة «Psychologies» الفرنسية الشهيرة مقابلة (من خلال مترجم بالطبع). ويمكنني وصف المسرح بأنه مبنى قديم فخم يضم أوركسترا ضخمة وشرفتين ومسرحًا مهيبًا استضاف ذات يوم الممثل الفرنسي العظيم جين لويس بارول. وعندما وصلت إلى المكان، شعرت بالدهشة عندما اكتشفت أن التذاكر قد نفدت، ودُهشت من طابور المنتظرين الطويل أمام الباب. وبمجرد دخولي، رأيت عرشًا ضخمًا من المخمل الأحمر في وسط المسرح، حيث كان المفترض أن أجلس عليه وأخاطب الحشود. كان ذلك مبالغًا فيه، وأصررت على أن أستبدل بالعرش شيئًا أقل تكبرًا. وعندما تدفق الحشد للداخل، تعرفت على مجموعة كبيرة من أصدقاء مارلين الناطقين بالفرنسية، الذين لم يتمكنوا لسنوات من التحدث إليَّ أو قراءة كتبي. وطرح المحاور الأسئلة الصحيحة، فسردت العديد من أفضل قصصي، وصنع المترجم المعجزات، ولم يكن بالإمكان جعل تلك الليلة أفضل من ذلك. وأمكنني سماع سعادة مارلين حين أدرك أصدقاؤها أنني لست أحمقَ على الإطلاق.

في عام 2012، اتصلت بي مخرجة سويسرية تدعى سابين جيزيجر بطلب صنع فيلم وثائقي مستوحى من قصة حياتي. بدا الأمر غريبًا، ولكن عندما حضرت عرضًا في مهرجان ميل ڤالي السينمائي لفيلم

«Guru» الممتاز عن راجنيش، زعيم الطائفة المحتال الذي قاد إحدى الطوائف في ولاية أوريجون، ازداد اهتمامي بعرضها. وعندما سألتها عن سبب اختيارها لي موضوعًا للفيلم، أجابت أنها شعرت بأنها ملوثة بعد عملها عن راجنيش وقررت صنع فيلم عن «شخص محترم». و«شخص محترم» هذه أقنعتني.

ثم بدأنا فترة التصوير التي استمرت لأكثر من عامين، وتولت سابين الإخراج، وفيليب ديلاكويس الإنتاج، إلى جانب عدد رائع من فنيي الصوت والتصوير. زار فريق العمل عدة مرات منزلنا في بالو ألتو وستانفورد وإجازاتنا العائلية في هاواي وجنوب فرنسا، وسرعان ما شعرت وكأن الفريق بأكمله جزء من عائلتنا. وقد حرصوا على تصويري في العديد من المواقف: في أثناء إلقاء كلمة أمام جمهور، وركوب الدراجة، والسباحة، والغطس، ولعب تنس الطاولة، ومرة وأنا في المغطس الساخن مع مارلين.

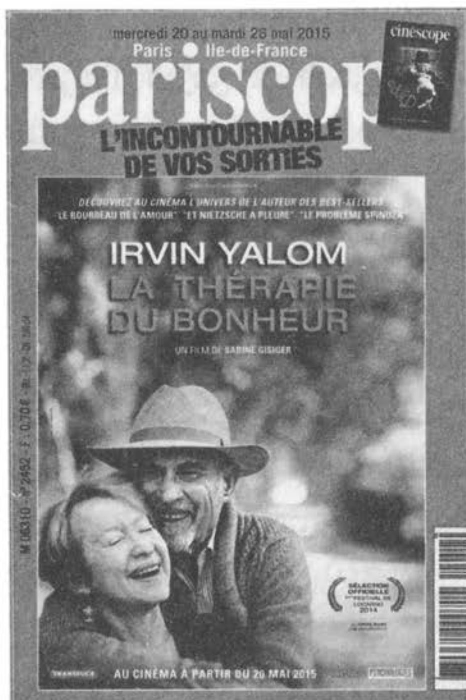
طوال الوقت تساءلت: من ذا الذي سيرغب في مشاهدة فيلم يصور جوانب حياتي العادية؟ ومع أني لم أخاطر بأي استثمار مالي في الفيلم، شعرت بالقلق من أن يخسر الفريق ماله بعد أن أصبحت قريبًا من المخرجة والمنتج. وفي النهاية، عندما اجتمعت عائلتي بأكملها والعديد من الأصدقاء المقربين لمشاهدة عرض خاص لنسخة أولى من الفيلم في سان فرانسيسكو، شعرت بالارتياح؛ لقد أحسنت سابين ومحرر الفيلم العمل على تحويل عشرات الساعات إلى فيلم متماسك مدته 74 دقيقة. ورغم اعتراضي، أطلقوا عليه عنوان «علاج يالوم». رغم كل هذا لم أجد إجابة عن سؤال ما الذي قد يدفع أي شخص خارج أسرتي وأصدقائي المقربين إلى الاهتمام بمشاهدة هذا الفيلم. علاوة على ذلك، شعرت بالحرج والانكشاف. ورغم أنني أصبحت أعرف نفسي من خلال

كتاباتي وأعتبر كتبي فصولًا رئيسة في حياتي كبالغ، لا سيما القصص والروايات، قدمني الفيلم من خلال أنشطتي اليومية ولم يلتفت كثيرًا إلى شخصيتي ككاتب. ورغم ذلك، فاجأني نجاح الفيلم في أوروبا، إذ عُرض في النهاية في 50 دار سينما أمام مئات الآلاف من المتفرجين.

في خريف 2014، عند افتتاح عرض الفيلم في زيورخ، طلب صناع الفيلم مني أنا ومارلين حضور العرض العالمي الأول. ورغم أنني قررت عدم السفر إلى خارج البلاد مجددًا، وجدت هذه الدعوة لا تُرد. وسافرنا إلى زيورخ وحضرنا عرضين: الأول لجمهور مختار من المعالجين والشخصيات الرفيعة، والثاني للجمهور العام. وفي نهاية كل منهما، أجبت عن الأسئلة وشعرت بالانكشاف الشديد، خصوصًا في لقطة جلوسي أنا ومارلين في الحوض الساخن، رغم أن ما ظهر هو رؤوسنا وأكتافنا. لكنني سعدت بمشاهدة لقطات إجازات العائلة التي تُظهر مشاركة حفيدتي ألانا وحفيدي ديزموند في مسابقة رقص. كما يُسمع صوت غناء حفيدتي ليلي فيرجينيا -وهي كاتبة أغانٍ ومغنية- مع نهاية الفيلم.

وعند افتتاحه في فرنسا بعد بضعة أشهر، سافرت مارلين إلى باريس لحضور العرض الأول، وألقت كلمة على جمهور المسرح بعد الفيلم. كما سعدت كثيرًا برؤية وجوهنا على غلاف مجلة «Pariscope»، الدليل الأسبوعي الشهير للأحداث التي تقام في باريس.

وبعد بضعة شهور، أُقيم افتتاح الفيلم في لوس أنجلوس، لكن على عكس أوروبا، لم يلق اهتمامًا كبيرًا. ورغم المراجعة الإيجابية في لوس أنجلوس تايمز، توقف عرضه بعد بضعة أيام فقط.



غلاف مجلة (Pariscop)

20 مايو 2015.

بالتزامن مع رحلتنا الأولى إلى زيورخ لحضور افتتاح الفيلم، قبلت عرضًا بإلقاء كلمة في موسكو. وكان الحافز غير معتاد يتمثل في مبلغ مالي سخي والسفر من زيورخ إلى موسكو على متن طائرة خاصة. وتبين أن رحلة الطائرة قصة في حد ذاتها. لم يركب الطائرة سوى أربعة ركاب: أنا، ومارلين، ومريض سابق جلست معه جلسة واحدة قبل سنوات طويلة، وصديقه المقرب، وهو أوليجارك روسي ومالك الطائرة الذي خضت معه خلال الرحلة ألطف حوار ممكن. وبدا لي شخصًا عميق الفكر والمشاعر، يعاني بعض الأوجه غير السعيدة في حياته. وشعرت

بالتعاطف مع متاعبه، ولكن من باب الأدب لم أضغط عليه كثيرًا. ولم أعلم إلا بعد فترة طويلة أن الغرض (غير المعلن) من الرحلة كان تقديم بعض العلاج النفسي لهذا الرجل المحاصر. ولو كنت أعلم، لو أخبرني أحد بصراحة، لركزت أكثر على مساعدته.

كان مضيف محاضرتي هو معهد موسكو للتحليل النفسي، وهو جامعة تدريب كبيرة، وكان مكان إقامة الحدث يُستخدم عادة لإقامة حفلات الروك. وخطط الرعاة لتقديم الترجمة الفورية عبر 700 سماعة رأس، لكن حضر 1100 شخص، مما سبب فوضى عارمة دفعت المضيف إلى التخلي عن فكرة الترجمة الفورية. وطلب إعادة سماعات الرأس وأصدر تعليماته لمترجم شديد التوتر بالترجمة على الملأ.

وعندما بدأت حديثي ولاحظت أن نكاتي كلها لم تحظ بابتسامة واحدة، أدركت أن ثمة مشكلةً شديدةً في الترجمة. وفي وقت لاحق أخبرني المضيف أن المترجم المتوتر احتاج إلى نحو 15 دقيقة حتى يهدأ، ثم قام بعمله على أكمل وجه بعدها. وبعد ذلك قدم رعاة المؤتمر عرضًا دراميًّا باللغة الروسية لقصة «أرابيسك»، إحدى القصص الواردة في كتاب «مخلوقات فانية»، تدور أحداثها حول راقصة باليه روسية. وأدى ممثلان جميلان جدًّا في أزياء غريبة دور البطولة في القصة، وكان الشاهد على القصة رجلًا عجوزًا صامتًا (أظن أنه أنا) يجلس في الزاوية. وفي خلفية المسرحية نُصبت شاشة عرض كبيرة تعرض يد فنان وفرشاة في أثناء قيامهما برسم تصميمات جميلة وسريالية بالألوان الزيتية. وفي نهاية الحدث، أقمنا حفل توقيع طويلًا للكتاب.

ما إن وصلت إلى موسكو، قبلت دعوة غير عادية لمناقشة الوجودية مع مجموعة من موظفي البنوك لمدة ساعة ونصف. التقينا في غرفة كبيرة جميلة على قمة ناطحة سحاب. جاء نحو 50 شخصًا، ومن بينهم

مدير البنك وأحد القلة الذين تحدثوا الإنجليزية، وكنت بالطبع لا أعرف كلمة واحدة من الروسية، وكانت الترجمة سببًا في جعل المناقشة ثقيلة. وبدا الحضور غير مهتمين تمامًا بالفلسفة الوجودية، ولم يطرحوا أي أسئلة. وافترضت أنهم لا يرغبون في الانخراط في مناقشة حرة في حضور مديريهم وحاولت جاهدًا إثارة هذا الأمر دون جدوى. جلس مدير البنك في الصف الأمامي منشغلًا بجهاز الآيباد الخاص به، وبعد 20 دقيقة قاطع جلستنا ليعلن أن الاتحاد الأوروبي فرض للتو عقوبات أكثر ضررًا على روسيا وأنه يرغب في أن نستخدم الوقت المتبقي لمناقشة مخاوفهم بشأن هذا التحول في الأحداث. أيدت هذا لأن الوجودية لم تكن مثيرة لهم، ولكن مجددًا عم الصمت وحده. ومجددًا عبرت عن قلقي من أن الأعضاء ربما لا يرغبون في التعبير عن آرائهم في وجود مديريهم، ومهما بذلت من جهد لم أتمكن من إيجاد طريقة لكسر الجمود. وانتهى عملي بلا نتيجة تقريبًا بخلاف أتعابي التي سُددت لي بطريقة غريبة. فقد قيل لي إنني سأتسلمها في اليوم التالي خلال حفل عشاء أقامته الجامعة على شرفي. وفي المساء التالي بعد تناول الحلوى، سلمني شخص في خفاء مظروفًا عاديًّا غير مميز مملوءًا بالعملة الأمريكية. وافترضت أنني تلقيت هذا المبلغ بهذه الطريقة الغامضة على سبيل الجميل، مفترضًا (خطأً) أن ذلك لتجنب دفع الضرائب على الدخل، ولكن من المحتمل أيضًا أن البنك ربما كان يبحث لسبب ما عن سبل للتخلص من السيولة الزائدة.

مع تقدمي في السن، حاولت تجنب الرحلات الطويلة، وأصبحت أفضل الظهور عبر المكالمات المرئية. وهذا يستلزم الذهاب إلى مكتب متخصص بالقرب من منزلي ومخاطبة الجمهور والرد على الأسئلة لمدة 90 دقيقة تقريبًا. ومنذ قررت التوقف عن السفر، قدمت عشرات

العروض التقديمية عبر هذه التقنية، لكن العرض الأخير في مايو 2016 للجمهور الصيني كان الأغرب. إذ أجرى ثلاثة أطباء نفسيين في الصين مقابلة معي لمدة 90 دقيقة، في حين جلس مترجم جاء إلى سان فرانسيسكو خصيصى لهذه المناسبة بجانبي وترجم أسئلتهم وإجاباتي. وفي اليوم التالي أخبرني الرعاة أن المقابلة حضرها جمهور ضخم، لكنني دُهشت حين وصلتني صورة للمضيفين وعدد الحضور الدقيق عبر البريد الإلكتروني. لقد شاهد العرض 191,234 شخصًا.



المؤلف وزوجته مارلين أمام الكرملين - عام 2009م.

وحين عبرت عن تفاجئي ودهشتي من العدد، أجاب الراعي الصيني: «إنك كأغلب الأمريكيين يا دكتور يالوم لا تقدر الحجم الحقيقي للصين».

لا يمر يوم إلا وأتلقى بريدًا إلكترونيًا من قراء من جميع أنحاء العالم، وأعتني بالرد على كل رسالة، عادة ولو بعبارة بسيطة مثل: «شكرًا على

مراسلتي» أو «أنا سعيد بأن عملي مفيد لك». وأحرص على ذكر اسم الشخص ليعلم الكاتب أنني قرأت رسالته أو رسالتها فعلًا وأنني أكتب إليه بنفسي. يأخذ هذا الأمر قدرًا كبيرًا من الوقت، لكنني أشعر أنني أفعل شيئًا يشبه التأمل اليومي للحب واللطف الذي يمارسه أصدقائي البوذيين. وفي كل يوم تقريبًا يصلني طلب مشورة من جزء ما من العالم، إما عبر سكايب وإما من شخص يعرض القدوم إلى كاليفورنيا للقائي. فذات يوم راسلني رجل وطلب مني مقابلة أمه المعالجة النفسية المتقاعدة عبر سكايب في عيد ميلادها المائة.

إلى جانب رسائل المعجبين، يرسل القرَّاء أحيانًا هدايا، ويزدان منزلنا بأشياء من اليونان وتركيا وإيران والصين. إلا أن أبرز هدية وصلت إلينا جاءت من ساكيلاريس كووتوزيس، وهو نحات يوناني مشهور يعيش ويعمل في جزيرة كاليمنوس الصغيرة. إذ تلقيت منه بريدًا إلكترونيًّا يطلب فيه عنواني ويخبرني أنه استمتع بكتبي وأنه بصدد صنع تمثال نصفي من الجبس لي بناءً على الصور الموجودة على الإنترنت. فبحثت عنه على الإنترنت وعلمت أنه نحات بارع تُعرض أعماله في مدن عديدة في جميع أنحاء العالم. أصررت على دفع تكاليف الشحن، لكنه رفض. وبعد شهر وصل إلى عتبة بيتي تمثال نصفي أكبر من الحجم الطبيعي في صندوق خشبي ضخم. ويوجد التمثال الآن في منزلنا وهو يشبهني إلى حد كبير ويخيفني كلما نظرت إليه. وكثيرًا ما أزينه أنا أو أطفالي بنظارة أو ربطة عنق أو واحدة من قبعاتي العديدة.

بقدر حرصي على إبعاد أمارات الشهرة الماثلة عن ذهني، لا أشك في أنها عززت إحساسي بذاتي. كما أعتقد أن تقدمي في السن وأهميتي وسمعتي تزيد من فاعليتي في العلاج. فعلى مدى 25 سنة مضت، اتصل بي أغلب مرضاي بعد قراءة بعض كتاباتي، فيأتون إلى مكتبي

بإيمان عميق بقدراتي العلاجية. وبعد أن التقيت معالجين مشهورين في حياتي، أصبحت لدي فكرة عن الأثر الذي تتركه مثل هذه اللقاءات، فما زلت أستطيع رؤية تجاعيد وجه كارل روجرز، الذي طلبت منه قبل 50 عامًا التحدث إليه، وسافرت إلى جنوب كاليفورنيا لقضاء فترة ما بعد الظهر معه. وكنت قبلها قد أرسلت له بعض أعمالي، وأتذكر أنه أخبرني أنه وجد كتابي الدراسي عن العلاج الجماعي جيدًا، إلا أنه اعتبر كتاب «Everyday Gets a Little Closer» كتابًا فريدًا للغاية. وتظل وجوه ڤيكتور فرانكل ورولو ماي واضحة في ذهني لدرجة أنه لو كنت أتمتع بموهبة فنية (ولست كذلك) لتمكنت من رسمها بدقة من الذاكرة.



المؤلف مع تمثال له من صنع ساكيلاريس كووتوزيس - 2016م.

إذًا تدفع سمعتي المرضى إلى كشف أسرار لم يخبروا بها أحدًا من قبل، ولا حتى معالجيهم السابقين، وإذا تقبلت هذه الأسرار دون أحكام

وبتعاطف، فعلى الأرجح ستتمتع تدخلاتي العلاجية بوزن أكبر لمجرد وجود تصورات سابقة عني. فمنذ فترة وجيزة وفي أمسية واحدة، قابلت مريضتين جديدتين على دراية بعملي. الأولى، معالجة متقاعدة جاءت إلى مكتبي من منزلها الذي يبعد عدة ساعات بالسيارة. كانت قلقة بشأن ميلها إلى الاكتناز (في غرفة واحدة فقط من منزلها) وسلوكها الوسواسي. فكلما غادرت المنزل، لم تقطع أكثر من مجمع سكني واحد قبل أن تعود لتتأكد من أن الباب مقفل والموقد مُطفأ. فقلت لها إنني لا أعتقد أن هذه الأمور سوف تُحل في جلسة علاجية قصيرة معي، وإنها لا تعيق حياتها بدرجة كبيرة. واعتبرتها حقًّا شخصًا متناغمًا مع نفسه، فهي تمتع بزواج ممتاز وتتعامل مع البحث عن معنى للحياة بعد التقاعد، وهي مهمة شاقة. وسرها أن تسمع أنني أعتقد أنها لا تحتاج إلى علاج. وفي اليوم التالي أرسلت لي هذه الكلمات عبر البريد الإلكتروني:

«وددت أن تعلم كم استمتعت بمشورتك يوم الخميس الماضي وكم أقدرها. لقد عنت لي الكثير. شعرت بدعمك وتأكيدك على أني بخير وسعيدة وراضية عن حياتي، وأقدر جدًّا تعليقك بأنني لا أحتاج إلى علاج. وقد شعرت في مكتبك بتوتر أقل وثقة أكبر وقبول لنفسي. شعرت أن جلستنا هبة حقيقية. وهذه نتيجة جيدة جدًّا من مجرد جلسة واحدة».

وفي وقت لاحق من بعد ظهر اليوم نفسه، جاءني رجل في منتصف العمر من أمريكا الجنوبية كان يزور صديقًا له في سان فرانسيسكو لجلسة مشورة واحدة. أمضى الرجل ما يقرب من الساعة كاملة

في الحديث عن قلقه على أخته التي عانت اضطراب فقدان الشهية طيلة حياتها تقريبًا. وبعد وفاة والديه أثقلته تكاليف رعايتها الطبية والنفسية إلى درجة أنه تعذر عليه الزواج وتكوين أسرة. فسألته لماذا يتحمل وحده العبء الكامل لرعاية أخته دونًا عن أفراد أسرته الكبيرة؟ فأخبرني، بقدر كبير من القلق والتردد، بقصة لم يسبق له أن حكاها مع أي شخص من قبل.

يكبر هذا الرجل أخته بثلاثة عشر عامًا، وذات يوم حين كانت في الثانية من عمرها وكان في الخامسة عشرة، ترك والداه أخته في رعايته لعدة ساعات وخرجا لحضور حفل زفاف مع إخوته الأكبر سنًّا. وفي أثناء غيابهما، أجرى مكالمة جنسية طويلة مع خليلة (كان والداه يكرهانها بشدة ونهياه صراحة عن الاتصال بها). وفي أثناء هذه المكالمة، خرجت أخته زحفًا من باب المنزل المفتوح وسقطت عن عدة درجات، فأُصيبت بكدمات كبيرة جدًّا في جسدها ووجهها. وعندما عاد والداه، كان عليه أن يعترف بكل شيء (أسوأ لحظة في حياته)، ورغم أن الإصابة كانت طفيفة وأن الكدمات اختفت في غضون أيام قليلة، ظل يضمر طوال هذه السنوات خوفًا واقتناعًا بأن ما أصابها من فقدان الشهية هو بسبب تلك السقطة. وعلى مدار 25 عامًا منذ إصابة أخته، كانت هذه هي المرة الأولى التي يُفصح فيها عن هذه التجربة لأي شخص.

بأكثر نبراتي عمقًا ورسمية قلت له إنني استمعت بعناية لما قاله لي عن أخته، وبعد تفكير عميق في جميع الأدلة، أعلنه الآن بريئًا. طمأنته بأنه سدد ما عليه بسبب واقعة الإهمال المذكورة، وطمأنته من أن تلك السقطة لا يمكن أن تكون سببًا في إصابتها بفقدان الشهية. كما اقترحت عليه أن يناقش هذا في جلسة علاج نفسي حين يعود إلى وطنه. بكى من

الراحة، ورفض اقتراح العلاج النفسي، وأكد لي أنه حصل على ما أراده بالضبط. وحين ترك مكتبي شعرت أن خطواته أخف كثيرًا.

تلك الجلسات الوحيدة، التي أرى فيها جهود المرضى وقوتهم وأمنحهم قبولي، تستمد قوتها إلى حد بعيد من القوة التي يضفيها المريض علي.

قبل فترة ليست بالبعيدة، حكت لي إحدى السيدات أحد أكثر الأحداث حزنًا في حياتها. في أواخر مراهقتها وقبل الانتقال للالتحاق بالجامعة، سافرت في رحلة طويلة بالقطار مع والدها المرموق ولكن غير الودود. كانت تتطلع إلى قضاء وقت معه وحدهما، ولكنها صُدمت عندما فتح حقيبته وقضى الرحلة بأكملها في العمل دون أن يتحدث إليها ولو بكلمة واحدة. فأجبتها بأن العلاج النفسي الآن فرصة لإعادة عيش هذا الحدث. فالعلاج عبارة عن رحلة لها معي (رجل مرموق أكبر سنًّا) لعدة ساعات، وإن كنا نسافر بطريقة مختلفة: لديها الإذن الكامل -بل والتشجيع- بطرح الأسئلة والشكاوى والتعبير عن المشاعر، أما أنا فسأحرص على الرد والتعامل بالمثل تمامًا. وكان لهذه الطريقة في النهاية أثر كبير.

ماذا عن أثر كل هذا الاهتمام والإطراء على شعوري بنفسي؟ أحيانًا أشعر بالتعالي، وأحيانًا أخرى بالارتباك، لكن عمومًا أحافظ على توازني. وكلما التقيت زملائي في مجموعة الدعم أو في مجموعة نقاش الحالات، أعي أنهم -وجميعهم معالجون ممتازون يمارسون الطب منذ عقود- يتمتعون بالفاعلية نفسها التي أتمتع بها في عملهم. لذا لا آخذ هذا التملق بجدية. وكل ما في يدي هو أخذ عملي بجدية وأن أكون أفضل ما يمكن. وأذكر نفسي أن أتخذ قدوة، وأنا جميعًا بصفتنا بشرًا نشتهي لقاء مسن حكيم بلحية بيضاء يعلم كل شيء. وقد وقع الاختيار علي لأشغل هذا الدور، وقبلت ذلك بسعادة. فلا بدَّ لأحد أن يقبله.

الفصل الأربعون

عجوز مبتدئ

في طفولتي اعتدت أن أكون الأصغر دائمًا: الأصغر في فصلي وفريق كرة السلة وفريق التنس وغرفتي في المخيم، أما الآن فأنا الأكبر أينما حللت: الأكبر في المحاضرة والمطعم وجلسات القراءة والسينما ومباريات البيسبول. منذ فترة قريبة حضرت مؤتمرًا تعليميًّا طبيًّا لمدة يومين وألقيت كلمة على الأطباء النفسيين الذين يرعاهم قسم الطب النفسي في ستانفورد. حين نظرت إلى زملائي الحاضرين من جميع أنحاء البلاد، رأيت القليل من أصحاب الشعر الرمادي ولم ألاحظ أي أحد بشعر أبيض. لم أكن الأكبر فقط، بل الأكبر بفارق كبير. وبالاستماع إلى برنامج المحاضرات و16 مناقشة أخرى ازداد وعيي بعمري والتغيرات التي طرأت على هذا المجال منذ بدأت ممارسة الطب في الخمسينيات. لقد فاتني الكثير من التطورات المعاصرة في علم الأدوية النفسية الجديدة لعلاج الفصام والاضطرابات ثنائية القطب والاكتئاب، والجيل الجديد من التجارب الدوائية القائمة، والعلاجات التقنية المتطورة لاضطرابات النوم والأكل ونقص الانتباه. أتذكر نفسي وأنا أستاذ شاب واعد يفخر بشدة بمواكبته لجميع المستجدات الحديثة. والآن، أشعر

بالضياع في الكثير من العروض، ولا يضاهي ضياعي شيء وأنا أستمع إلى محاضرة عن التحفيز المغناطيسي عبر الجمجمة للمخ، التي تصف طرقًا لتحفيز أو تثبيط مراكز مهمة في المخ بطريقة أكثر فاعلية ودقة من الأدوية ودون أعراضها الجانبية. هل هذا مستقبل مجالي؟

عندما بدأت ببرنامج التخصص لأول مرة في عام 1957، كان العلاج النفسي يشكل جوهر الطب النفسي، وأملك أنا وزملائي كل الشغف نفسه باستكشافه. أما الآن، فقد حضرت ثمانية عروض في هذا المؤتمر، ولا يكاد العلاج النفسي يُذكر على الإطلاق.

لم أقرأ خلال السنوات الأخيرة إلا القليل جدًّا في مجال الطب النفسي. وكثيرًا ما أدعي أن هذا بسبب مشكلات بصرية، فقد خضعت لعمليات جراحية في قرنيتي، إلى جانب عمليات إزالة إعتام عدسة العين الثنائية، ولكن هذا عذر واهٍ. كان بوسعي مواكبة الجديد عن طريق قراءة المواد المتخصصة بخط كبير على جهاز كيندل الخاص بي. والحقيقة المحرجة هي أنني لم أعد مهتمًّا. وكلما أطل شعوري بالذنب تجاه هذا الأمر، أواسي نفسي بأنني قدمت ما يكفي لهذا المجال، وقد بلغت 85 عامًا وأستحق التفرغ لقراءة ما أشاء. ثم أضيف: «إلى جانب ذلك، فأنا كاتب وأحتاج إلى مواكبة التيارات الأدبية المعاصرة».

عندما حان دوري لمخاطبة الحضور في مؤتمر ستانفورد، لم ألق محاضرة ولم أحضر معي شرائح عرض على عكس المتحدثين الآخرين. وفي الواقع أعترف -لأول مرة- أنني لم أستخدم قطُّ شرائح العرض في حياتي. وبدلًا من ذلك أجرى زميلي في جامعة ستانفورد وصديقي المقرب ديڤيد سبيجل مقابلة معي بمهارة ولطف حول مسيرتي المهنية وتطوري في العلاج النفسي. وهذا الشكل مريح بالنسبة إلي، ومر الوقت

بسرعة كبيرة حتى إنني ذُهلت عندما انتهت الجلسة. وبينما وقف الحضور وصفقوا، شعرت بإحساس مقلق بأنهم يودعونني.

وبسبب قلة من يمارسون العلاج النفسي في مثل عمري، أسأل نفسي كثيرًا: لماذا تقابل مرضى إلى اليوم؟ السبب ليس اقتصاديًّا؛ لدي من المال ما يمكنني من العيش براحة. بل السبب هو حبي المفرط لعملي الذي يمنعني من التخلي عنه. أشعر بالتميز لأن كثيرًا من الناس يدعونني إلى التدخل في حياتهم الخاصة، وبعد مرور عقود كثيرة أظن أنني أجيد هذا.

ولعل هذا يرجع جزئيًّا إلى ارتفاع مهارتي في اختيار مرضاي. فعلى مدى السنوات العديدة الماضية قدمت علاجًا مقيدًا بالوقت، إذ أخبرت المرضى منذ أول جلسة أن جلساتنا ستمتد لمدة أقصاها عام واحد. ومع اقترابي من الثمانين، بدأت أتساءل إلى متى سيظل عقلي وذاكرتي سليمين، فلم أرد أن يفرط المرضى في الاعتماد على رجل قد يتقاعد قريبًا. وفضلًا عن ذلك وجدت أن تحديد موعد ختامي منذ البداية يزيد عمومًا من كفاءة العلاج النفسي ويدفع المرضى إلى المسارعة في القفز إلى العمل (وقد أبدى أوتو رانك -أحد أول تلامذة فرويد- الملاحظة نفسها قبل أكثر من 100 عام). كما حرصت على عدم قبول أي مريض إذا بدا لي أننا على الأرجح لن نتمكن من تحقيق تقدم كبير خلال عام، وأحيل المرضى الذين يعانون أمراضًا أخطر ويحتاجون إلى أدوية نفسية إلى أطباء نفسيين آخرين (توقفت عن وصف الأدوية منذ عدة سنوات بسبب عدم متابعتي للأبحاث الجديدة).

وبما أنني ساعدت الكثير من الناس على التعامل مع التقدم في السن، ظننت أنني على استعداد جيد للخسائر التي تلوح في الأفق، والحقيقة أنني وجدتها أكثر ألمًا مما تصورت. وأذكر من هذا آلام الركبتين، وفقدان

التوازن، وتيبس الظهر في الصباح، والإرهاق، وضعف السمع والبصر، والبقع الجلدية، وكلها بسيط بالمقارنة بتلاشي الذاكرة.

في أحد أيام السبت، خرجت أنا وزوجتي في نزهة وتناولنا الغداء في سان فرانسيسكو، وعند عودتنا إلى شقتنا أدركت أنني نسيت أخذ مفاتيحي معي. واضطررنا إلى الانتظار في الخارج لبضع ساعات حتى عودة أحد الجيران الذي يحتفظ بنسخة احتياطية. وفي ذلك المساء حضرنا مسرحية بعنوان «The Unheard of World» للكاتب فابريس ميلكيو، الذي وضع فيها رؤية خيالية للحياة الآخرة. والمسرحية من إنتاج ابني بن وإخراج مجموعته الدرامية «فوولزفيوري». ووافقت أنا ومارلين على مناقشة المسرحية مع الجمهور بعد العرض، حيث تعرضت هي للمنظور الأدبي وأنا للمنظور الفلسفي والنفسي. ورغم أن ملاحظتي بدت مرضية للجمهور، أدركت وسط عرضي أنني نسيت نقطة مهمة ومثيرة أردت مناقشتها. وظللت أتحدث بلا تركيز وأنا أفتش في عقلي عن الفكرة التائهة. وبعد 10 دقائق تقريبًا، ظهرت فجأة في ذهني وتحدثت عنها. أشك أن الجمهور لاحظ المطاردة المحمومة التي تجري داخل رأسي خلف المواد المفقودة، لكن خلال هذه الدقائق سمعت عبارة تدور في رأسي وأنا أتحدث إلى الجمهور: «يكفي هذا. حان الوقت. يجب أن أتوقف عن إلقاء الكلمات العامة. تذكر رولو». وأقصد هنا مشهدًا حكيته من قبل لرولو ماي حين تقدم به العمر وهو يلقي محاضرة وأعاد خلالها القصة نفسها ثلاث مرات. وتعهدت لنفسي ألا يشاهد الجمهور شيخوختي.

في اليوم التالي، ذهبت إلى الوكالة لإعادة سيارتي المستأجرة (كانت سيارتي في الصيانة). وصلت بعد ساعات العمل، ووجدت الوكالة مغلقة. فاتَّبعت التعليمات الملصقة: أغلق السيارة وضع المفاتيح في صندوق التسليم المغلق. لكن بعد دقائق قليلة اكتشفت أنني تركت

حقيبتي التي تحتوي على محفظتي والمفاتيح والمال وبطاقات الائتمان في السيارة. في النهاية اضطررت إلى الاتصال بالجمعية الأمريكية للسيارات ليحضروا ويفتحوا السيارة ويستعيدوا حقيبتي.

ورغم أن هذا حصار سيئ غير معتاد من الذاكرة المنهارة، فثمة هفوات تحدث لي كل يوم تقريبًا الآن. من ذلك حين أجد رجلًا يبتسم ويقترب مني، من هذا؟ أنا أعرفه، أنا متأكد، لكن ما اسمه؟، أوه، ما اسمه؟ وما اسم ذلك المطعم الذي اعتدت أن أذهب إليه أنا ومارلين بالقرب من الشاطئ في خليج هاف مون؟ وما اسم ذلك الممثل الكوميدي القصير المضحك في فيلم «Throw Momma from the Train»؟ وفي أي شارع يقع متحف سان فرانسيسكو للفن الحديث؟ ما اسم ذلك الشكل الغريب من العلاج الذي يعتمد على فكرة وجود تسعة أنواع مختلفة من الشخصية؟ وما اسم الطبيب النفسي الذي كنت أعرفه وابتكر «تحليل المعاملات»؟ أتعرف على الوجوه المألوفة، لكن الأسماء تتبخر، بعضها يعود، وبعضها يختفي فورًا بعد أن أتذكره.

بالأمس تناولت الغداء مع صديقي ڤان هارڤي الذي يكبرني ببضع سنوات (نعم، لا يزال بعض هؤلاء على قيد الحياة). اقترح عليَّ أن أقرأ رواية بعنوان «The Glass Room» لسيمون ماور، واقترحت عليه أن يجرب قراءة رواية «Winter» لكريستوفر نيكلسون. وبعد بضع ساعات، أرسل كل واحد منا بريدًا إلكترونيًّا يسأل الآخر: «ما اسم تلك الرواية التي رشحتها؟» بالطبع، يجب أن أحمل معي مفكرة. ولكن كيف أتذكر إحضار المفكرة. هذه هي المشكلة.

تضييع المفاتيح والنظارات والهاتف المحمول ونسيان أرقام الهواتف ومكان السيارة: هذه هي جرعتي اليومية. أما تضييع مفاتيح الشقة والسيارة معًا فكثير وعلى الأرجح له علاقة بالأرق الذي أصابني

في الليلة السابقة. ولا شك أعلم سبب الأرق، ففي تلك الليلة شاهدت فيلمًا فرنسيًّا باسم «Amour» يصور محنة زوج محب تقدم في السن ويساعد زوجته المريضة على الانتحار. ذكرتني الشخصيتان بي أنا ومارلين، وأرقني الفيلم طوال الليل. إنه فيلم ممتاز، لكن اسمع نصيحتي: شاهده قبل أن تصل إلى الثمانينات.

أخشى منذ وقت طويل من أن ذاكرتي المسنة قد تجبرني على التخلي عن مقابلة المرضى، ولمناورة التقاعد، اعتمدت بشدة على برنامج حاسوبي للإملاء. فبعد كل جلسة لا أتكاسل عن إملاء ملخص من صفحة أو صفحتين لكل ساعة، وأحرص دائمًا على قراءة هذا الملخص قبل أن أجلس مع المريض في المرة التالية. ولهذا السبب أخصص على الأقل 20 دقيقة بين جلسات المرضى. وعلاوة على ذلك، لم أقابل يوميًّا سوى ثلاثة مرضى بحد أقصى على مدى السنوات القليلة الماضية. وحين يراسلني مريض من الماضي السحيق، غالبًا لا أتذكر أي شيء عنه، لكن بعد قراءة بضع عبارات من ملاحظاتي القديمة تنفتح لي عادة كوة أرى منها القصة بأكملها.

ولكن هناك جانبًا مشرقًا لفقدان الذاكرة: نسيان حبكات العديد من الروايات يتيح لي متعة إعادة قراءتها. فقليل من الروايات المعاصرة يمتعني، ولذا ألجأ إلى «الكتب المفضلة» المرصوفة في رفوف مكتبتي: «مائة عام من العزلة»، و«Grendel»، و«آمال عظيمة»، و«The Adventures of Maqroll»، و«البيت الموحش»، و«أطفال منتصف الليل»، و«الخالة خوليا وكاتب السيناريو»، و«Daniel Deronda»، و«Silas Marner»، و«The Way of All Flesh»، وأستطيع قراءة العديد مها وكأنني أقرؤه للمرة الأولى.

في كتاب «التحديق إلى الشمس»، وصفت مبدأ «التموج» باعتباره طريقة لتخفيف القلق من الموت. فكل منا يصنع -دون علمه في الغالب-

دوائر تأثير متحدة المركز قد تؤثر على الآخرين لسنوات تالية، وأحيانًا لأجيال. والأثر الذي نتركه على الآخرين ينتقل لمن وراءهم كدائرة على صفحة الماء آخذة في التوسع إلى أن تصبح غير مرئية مع أنها تستمر على المستوى الجزيئي الدقيق.



المؤلف يعطي حفيده البالغ ثلاث سنوات أول درس في الشطرنج - 2017.

وكما تدفقت موجات جون وايتهورن وجيري فرانك من خلالي، أعتقد أنني أتدفق كذلك من خلال طلبتي وقرَّائي ومرضاي، وخصوصًا من خلال أولادي الأربعة وأحفادي السبعة. أتذكر حتى الآن دموع فرحتي حين اتصلت بي ابنتي إيف لتخبرني أنها نجحت في الالتحاق بكلية الطب، وفي العام السابق انهمرت دموعي مجددًا حين علمت أن ابنتها ألانا قُبلت في كلية الطب بجامعة تولين. وفي الكريسماس الماضي، جلست مع حفيدي أدريان البالغ ثلاث سنوات للعب أول مباراة شطرنج بيننا.

لغز: متى أتقاعد؟ كثيرًا ما يُطلب مني مساعدة مرضى يحاولون الإجابة عن هذا السؤال نفسه. منذ فترة ليست بالطويلة، عملت مع مدير

صندوق تحوط شديد الذكاء والنجاح في منتصف الثمانينات يُدعى هاوارد. تصر زوجة هاوارد على أن يذهب إلى العلاج النفسي لأنه لا يستطيع منع نفسه عن العمل لساعات طويلة جالسًا دون حراك أمام شاشة حاسوبه. وبما أنه يعيش على الساحل الشرقي، يلزمه أن يستيقظ في الساعة 30: 04 صباحًا لمراقبة أسواق الأسهم، ثم يظل أمام الشاشة طول اليوم. ومع أنه عمل سنوات على إنشاء برنامج حاسوبي مثالي يقوم بعمله، شعر أنه مدين للمستثمرين معه بألا يغفل عن شاشته أبدًا. أما شركاؤه الثلاثة: أخواه الأصغر منه وصديق عمره، فنادرًا ما يفوتون مباريات الجولف اليومية، وشعر هاوارد أنه يعمل عمل الثلاثة وحده. ويعلم أنه وزوجته وبناته الثلاث يملكون من المال أكثر مما يستطيعون إنفاقه في حياتهم، لكنه لا يملك كبح نفسه. قال إن هذا واجبه. ولم يستطع الثقة تمامًا ببرنامج الحاسوب الذي صممه بنفسه لعقد الصفقات. نعم يتفق معي على أنه مدمن على مشاهدة الأسهم ترتفع وتهبط على شريط المؤشر، لكنه علم أنه لا توجد طريقة أخرى للعيش. ومع غمزة قال إن من المثير تحقيق ربح في سوق كبيرة.

- تخيل حياتك دون عمل يا هاوارد. كيف تود أن تكون؟

- أعترف أنني أخشى التوقف.

- حاول أن تتخيل هذه الحياة دون عمل.

- أعلم إلامَ ترمي. أعترف أنه غير منطقي، وأعترف أنني أخاف من التوقف. فماذا عساي أن أفعل طوال اليوم؟ هناك حد للسفر ورؤية المعالم. لقد رأيت كل المعالم التي تخطر ببالك.

ضغطت عليه أكثر: «أتخيل أنك تشعر بأن العمل يبقيك حيًّا، وأنك من دون عمل ستدخل نهاية الحياة: الشيخوخة والموت. هل يمكننا معًا التوصل إلى طريقة لفصل الحياة عن العمل؟».

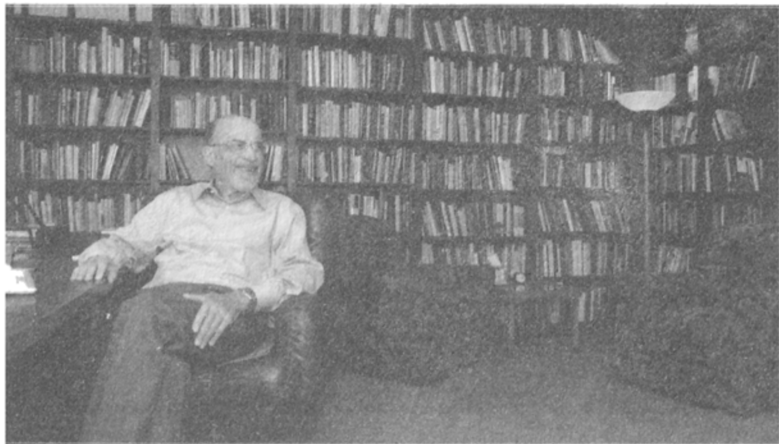
استمع بحرص وأومأ. «سأفكر في هذه القضايا».

أشك أنه سيفعل.

أنا مبتدئ في سن الخامسة والثمانين، وكهاوارد أعاني الشيخوخة. أحيانًا أتقبل فكرة أن التقاعد يجب أن يكون فترة للراحة والسلام، ووقتًا للتأمل والرضى. وفي الوقت نفسه أعلم أيضًا أن هناك مشاعر جامحة من حياتي المبكرة جدًّا تستمر في إحداث اضطرابات وتهدد بالظهور إذا تباطأت. في موضع سابق استشهدت بعبارات من ديكنز: «لأنني كلما اقتربت من النهاية، أجدني أنتقل إلى مدار أقرب من البداية». تطاردني هذه الكلمات. وأشعر أكثر فأكثر بقوة تشدني إلى بداياتي. ذات ليلة، حضرت أنا ومارلين مهرجان «فوولز فيوري فاكتوري» في سان فرانسيسكو، وهو حدث ترعاه شركة ابني بن كل عامين تجتمع فيه الفرق المسرحية الصغيرة من أطراف البلاد في مقهى «وايز براذرز» اليهودي الصغير الذي يبدو للناظر وكأنه قطعة من واشنطن خلال الأربعينيات، أي خلال طفولتي. غطت حوائط المكان بالكامل تقريبًا صور عائلية لمجموعات من اللاجئين المفعمين بالحيوية المذهولين الخائفين وهم يصلون إلى جزيرة أليس قادمين من أوروبا الشرقية. أذهلتني الصور، فهي تشبه صور عائلتي الممتدة. لقد رأيت صبيًّا حزينًا صغيرًا شديد الشبه بي يلقي خطاب بار متسفا. ورأيت امرأة ظننتها في البداية أمي. وشعرت فجأة بتدفق من الحنان تجاهها لم أشعر به من قبل، وشعرت بالخزي والذنب من انتقادي لها في هذه الصفحات. ومثل أمي، بدت المرأة في الصورة غير متعلمة، وخائفة، ومجتهدة، وتحاول فقط البقاء على قيد الحياة وتربية أسرتها في ثقافة جديدة غريبة. لقد عشت حياةً غنية جدًّا، ومتميزة جدًّا، وآمنة جدًّا، ويرجع ذلك إلى حد كبير إلى كدح أمي وكرمها. جلست في هذا المقهى أبكي وأنا أنظر إلى

عينيها وعين كل هؤلاء اللاجئين. لقد أمضيت حياتي في الاستكشاف والتحليل وإعادة بناء الماضي، لكنني أدركت الآن أن هناك واديًا من الدموع والألم في داخلي قد لا يتسع الوقت لأقطعه أبدًا.

منذ خرجت من ستانفورد في تقاعد مبكر عام 1994، ظل جدولي اليومي ثابتًا: أكتب لثلاث أو أربع ساعات كل صباح لستة أو سبعة أيام من الأسبوع، وأجلس مع المرضى بعد الكتابة في خمسة أيام من الأسبوع. لقد عشت لأكثر من 50 عامًا في بالو ألتو، ومكتبي مبنى منفصل يبعد 50 مترًا عن منزلي. ومنذ ما يقرب من 35 سنة اشتريت شقة في روشان هيل بسان فرانسيسكو بإطلالة جميلة على المدينة والخليج، وأجلس مع مرضاي هناك بعد ظهر يومي الخميس والجمعة. أجتمع مع مارلين مساء كل جمعة ونقضي أغلب العطل الأسبوعية في سان فرانسيسكو، المدينة التي أجد فيها إثارة لا تنتهي.



المؤلف في مكتب بالو ألتو - 2010م.

أؤنب نفسي على هذا التقاعد الزائف. أسأل نفسي: «كم طبيبًا نفسيًّا في مثل عمرك ويعمل كما تعمل؟». هل أستمر في العمل لتجنب الخرف

والموت كما يفعل هاوارد؟ مثل هذه الأسئلة تهزني، لكن في جعبتي ترسانة من الإجابات: «لا يزال لدي الكثير لأقدمه... إن تقدمي في السن يجعلني أقدر على فهم من هم في عمري وجلب الراحة لهم... أنا كاتب أعشق عملية الكتابة، فلماذا أتخلى عنها؟».

نعم أعترف: أخشى من الوصول إلى هذه الفقرة الأخيرة. فدائمًا ما تنتظر في جانب من ذهني كومة من الكتب التي أريد كتابتها، لكنني لا أجد هذا الآن. وما أن أُنهي هذا العمل، لا يوجد كتاب أعمل عليه بعده. لا أشك في هذا. يتذمر أصدقائي وزملائي حين يسمعون هذا الكلام، فقد سئموا بعد سماعه كثيرًا من قبل. لكن أخشى أن هذه المرة مختلفة.

أطلب من المرضى دائمًا استكشاف الأشياء التي يندمون عليها، وأشجعهم على الطموح إلى حياة بلا ندم. وحين أتأمل حياتي الآن، لا أجد إلا القليل مما أندم عليه. لقد شاركتني حياتي امرأة استثنائية، ولدي أطفال وأحفاد يحبونني، وعشت في جزء محظوظ من العالم وسط مناخ مثالي وحدائق جميلة وغياب الجريمة والفقر، وفي ستانفورد إحدى أعظم جامعات العالم. أتلقى رسائل كل يوم تذكرني أنني كنت مفيدًا لشخص ما في أرض بعيدة. ومن ثمة تحدثني كلمات زرادشت الذي تخيله نيتشه: «أهذه هي الحياة؟ حسنًا أعطوني واحدة أخرى».

شكر وتقدير

إنني ممتن لأشخاص كثر ساعدوني في هذه المغامرة. فقد قدمت مجموعة بيجاسوس -وهي المجموعة الشهرية التي تجمعني مع أطباء جامعة ستانفورد- نقدًا للعديد من فصول الكتاب. كما أود أن أشكر بشكل خاص مؤسس هذه المجموعة هانز شتاينر، وصديقي الطبيب النفسي والشاعر راندي واين جارتن الذي اقترح عنوان الفصل «عجوز مبتدئ». وكم حالفني الحظ بتولي سام دوجلاس ودان جيرستل تحرير هذا الكتاب. كما أشكر ديفيد سبيجل، وكالعادة لوكيلتي الأدبية ساندرا ديكسترا وزميلتها أندريا كافالارو التي قدمت لي دعمًا حارًّا من البداية إلى النهاية. وبالطبع، أشكر مرضاي الذين علموني وألهموني باستمرار. كذلك صديقي العمر جوليوس كابلان وبي جليك على مساعدتي في تنشيط ذاكرتي، ومعهما أطفالي الأربعة وأحفادي السبعة. وأشكر زوجتي الحبيبة مارلين، التي ساعدتني في تذكر أحداث وقعت منذ زمن بعيد وعملت رئيسة تحرير بدوام كامل.

مذكرات طبيب نفسي

"حين ينشر يالوم شيئًا -أيًا كان- أشتريه، ولا يخيب ظني أبدًا. يالوم راوٍ مذهل، وكاتب جميل، ومفكر عظيم يتسم بالكرم والشفقة، وأحد أشد ممارسي الرعاية الصحية النفسية تأثيرًا عن استحقاق".

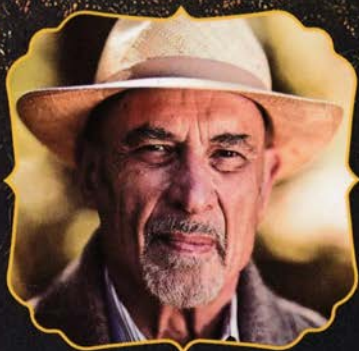
- نيكولا باركر The Guardian

"مذكرات ويوميات وأداة تعليمية في نفس الوقت. سيرة يالوم الذاتية كاشفة وملهمة ومؤثرة. لقد كُتبت بأسلوب جيد ومنظم... ستجد شخصية يالوم الدافئة تتخلل الصفحات. يا لها من مذكرات ممتعة".

- دورية Sex and Marital Therapy

"مذكرات حكيمة ودافئة تروي حياة جيدة".

- Campus Circle

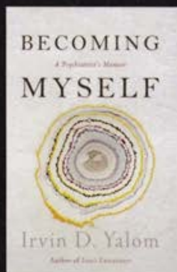


إرڤين د. يالوم

أســتاذ فخري للطــب النفسي في جامعة ســتانفورد يمارس الطــب النــفسي في ســان فرانسيســكو وبالو ألتو. وهو مؤلــف العديــد مــن الكتــب والـــروايات، مـــن بينهـــا: "Love's Executioner"، و"هــبة العلاج النــفسي"، و"عندمــا بكــى نيتشـــه"، و"عـــلاج شـــوبنهـــاور". وهـــو زوج المؤلفة مــارلين يالــوم، وأب لأربعــة أبنــاء وســبعة أحفاد يعيشــون جميعًا في بالو ألتو بولاية كاليفورنيا.

مذكرات طبيب نفسي

بعد أن أقام إرفين د. يالوم مساره المهني على استكشاف حياة الآخرين، يتوجه في هذه المذكرات القوية بكتابته ونظرته العلاجية إلى نفسه. يستفتح قصته بحكاية كابوس راوده: يقود إرفين في الثانية عشرة من عمره دراجته أمام منزل فتاة يغطي حَب الشباب وجهها. وكعادته كل صباح، صاح بها معيرًا على أمل أن تنشأ بينهما صداقة: "مرحبًا أيتها المحصوبة!" لكن في الحلم يظهر والد هذه الفتاة ويجعل يالوم يفهم أن تحياته اليومية تؤذيها. في نظر يالوم، كان هذا إيذانًا بمولد



التعاطف، فلن ينسى الدرس بعدها. ومع مجريات الكتاب، نرى مولد المفكر المتبصر الذي أضاء الطريق للكثيرين. هذه ليست قصة حياة رجل بسيط، فتأمُّلات يالوم لحياته وتطوره دعوة لنا للتأمل في أصول صفاتنا النفسية ومعاني حيواتنا.

غلاف: محمود هشام





www.aseeralkotb.com
contact@aseeralkotb.com
aseeralkotb
aseeralkotb
aseeralkotb